

Управление по физической культуре, спорту и молодежной политике
Муниципальное образовательное учреждение
Центр дополнительного образования
«Дземги»

РАССМОТРЕНО
На методическом совете
Протокол № 1
от «30» 08 2023 г.

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ ЦДО «Дземги»
С.В. Савчукова
Приказ № 1
от «30» 08 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Современная хореография»

Направленность: художественная
Возрастная группа: 7-11 лет
Тип программы: одноуровневая (стартовый)
Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:
Сыченко Эмма Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Комсомольск-на-Амуре
2023 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет **художественную направленность, направление – хореография.**

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным Законом №273 «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 (последняя редакция);
- Федеральной целевой программой развития образования на 2016 - 2020 годы, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации», включая Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказом Минобрнауки России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

2.

- Приказом Минтруда России от 05.05.2018 №298Н «Об утверждении профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых»;

- Уставом МОУ Центр дополнительного образования Дземги г.Комсомольска-на-Амуре;

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 №189 (с изм. на 22.05.2019г.).

Актуальность

Актуальность– заключается в сохранение и укрепление здоровья детей через занятия хореографией и в заинтересованности ,детей и их родителей к занятиям хореографией, особенно к современному виду танцу. Эти занятия позволяют раскрыть их индивидуальные творческие способности, привить навыки к публичным выступлениям, способствуют положительной самооценке. Развивается творческая инициатива детей, воображение и умение передать музыку и содержание образа, движением.

Новизной образовательной программы

Новизной образовательной программы является целостный, комплексный подход в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному личностному самовыражению ребёнка. Образовательная программа «Современная хореография» направлена на создание целостной культурно-эстетической среды для успешного развития ребенка.

Под культурно-эстетической средой понимается совокупность следующих условий организации жизнедеятельности обучающихся:

3.

- предложение различных видов деятельности: танца, игры, познания, общения для творческого самовыражения;
- создание дружного разновозрастного хореографического коллектива;

- приоритет духовно-нравственных ценностей в организации образовательного процесса и творческой жизни детского коллектива.

Вхождение в мир хореографического искусства при опоре на личностные структуры сознания: критичность, рефлексивность, автономность, субъектность, самоактуализация, самореализация позволяет прогнозировать успешность ребёнка в процессе обучения и воспитания. Обращение к идеям компетентного подхода позволяет конкретизировать образовательные результаты школы танца «Серпантин» в виде предметных и ключевых компетентностей воспитанников.

Вид программы

- **Муниципальная** – является образовательной программой работы МОУ ЦДО «Дзёмги».
- **Художественно – эстетическая** – по основному содержанию деятельности, постановке целей и задач
- **Модифицированная**

Система преподавания в школе танца разработана, согласно методическим разработками по курсам: «Методика преподавания классического танца в самодеятельном хореографическом коллективе» (Санкт-Петербург, Москва), и «Методика преподавания современного танца и танца джаз-модерн (Санкт-Петербург, г. Хабаровск)

- **Комплексная** – объединяет общей целью, едиными подходами к содержанию, организации, результатам педагогической деятельности несколько образовательных курсов: азбука музыкального движения, партерная гимнастика, классический танец, современный танец.
- **Уровень усвоения** – базовый

4.

- **Возраст детей**- 7-11 лет.
- **Количество детей** -12-15 человек
- **Объём программы и режим работы**

Период	Продолжительность занятий	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол=во часов в год
1 год обучения	2 часа	2	4	36	144
2 год обучения	2 часа	3	6	36	216
3 год обучения	2 часа	3	6	36	216

1.2. Цели и задачи программы.

Цель программы

Формирование базовых умений и навыков современной хореографии.

Задачи программы

Предметные

- Обучить основным понятиям и терминологии современной хореографии.
- Обучать комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка и координации своего организма;
- Обучать технике исполнения движений джаз танца, танца модерн и современных молодежных направлений танца;

Метапредметные

- Формировать устойчивый интерес к танцевальному искусству.
- Развивать танцевальные способности (чувство ритма, музыкальный слух, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентацию в пространстве);
- Способствовать применению коммуникативных навыков в совместной творческо – продуктивной деятельности.

Личностные

– Способствовать положительному отношению к современной хореографии..

1.3. Учебный план.(Приложение № 1)

5.

1.4. Календарно-учебный график.(Приложение № 2)

1.5. Содержание программы .

Раздел.1 Вводное занятие.

Педагог знакомит с видом искусства- хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятиях, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

Раздел 2.« Экзерсис классического танца»

Классический танец-это основа любых видов танца, основная система выразительных средств хореографического искусства.

Классический танец полезен для детей. С раннего возраста закладывается правильная осанка и постепенно исправляются различные случаи искривлений позвоночника. На уроке классического танца у детей вырабатывается ответственность перед делом которым они занимаются, а также уважение к искусству.

Обучение классическому танцу включает в себя: изучение основных позиций рук, ног и постановка корпуса, ознакомление с профессиональной терминологией, историей развития балета, постановку малых форм: этюдов, адажио. Вариаций и т.д.

Практические занятия проходят; у станка, на середине зала, в партере, статичные и с продвижением. Все упражнения строятся на основе выворотности и правильно поставленной спиной.

Раздел 3. «Элементы джаз танца (ДТ)»

Современный танец – динамично развивающаяся система, органично соединяющая технику джазового танца, танца модерн и классического балета.

На этапе, когда получено начальное образование по классическому танцу, при этом уже сформировано мировоззрение на форму движения, при обучении джаз танцу учащие испытывают, как правило, психологический дискомфорт, что проявляется в общей зажатости и невозможности освобождения от приобретенных стереотипов. Однако нельзя забывать, что современный танец в основе своей создан на классической школе танца, поэтому изучение классического танца как источника высокой исполнительской культуры является задачей первостепенной важности.

Для практического подхода к обучению необходимо определить приоритет той или иной школы или же синтезировать несколько направлений. В данном случае приоритет направления джаз, в отличие от классического и русского, определяет свободный выбор музыкального материала и темы для сценического отображения. Далее можно говорить о свободном владении пластикой тела и выявлении яркой индивидуальности посредством импровизации. Учащиеся становятся соучастниками создания композиции, что, несомненно, развивает их творческое начало, проявляет их личность и воспитывает их художественное видение.

Раздел 4. «Постановочная деятельность»

На занятиях по постановке танца большое внимание уделяется развитию активного детского творчества, детской фантазией.

Выбору постановки танцевального номера придается соответствующее значение (идейно направленное, художественно ценное). Танцевальные движения, их характер, рисунок танца, эмоциональная насыщенность должны логично сочетаться с музыкальным сопровождением.

Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:

-рассказать о быте, обычаях народа (если танец народный);

-рассказать сюжет танца.

2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).

3. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова).

4. Разучивание и отработка движений танца.

Сочинение и анализ танцевальных этюдов самими обучающимися.

Раздел 5. « Концертная деятельность»

В роли итоговых занятий : открытые уроки для родителей, конкурсno-игровые программы, уроки-концерты.

Выступления перед родителями, учителями, сверстниками проходят в каникулярное время на обобщающих занятиях, тематических мероприятиях, отчетных концертах.

Раздел 6. « Мероприятия воспитательного характера».

Организация воспитывающей деятельности и развития личности каждого ребёнка

.Работа по формированию коллектива учащихся.

Взаимоотношение с родителями.

1.6. Планируемый результат.

Предметные:

- Будут знать танцевальную терминологию современной хореографии;
- будут знать основные движения, комбинации и разновидности современного танца

- смогут демонстрировать правильное выполнение танцевальных комбинаций, физических и танцевальных способностей: пластичность мышц, выносливость, устойчивость, координацию, артистичность.

Метапредметные:

- Сформируется устойчивый интерес к танцевальному искусству
- Смогут развить музыкальный слух, чувство ритма, память, внимание.
- научатся общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу;

Личностные:

- Способствовать положительному отношению к современной хореографии..

Критерии оценивания планируемого результата

Критерии предметных результатов

результат	низкий	средний	высокий
Знание терминологии современной хореографии	Ошибается в названии движений, не владеет правилами анализа и исполнения.	Знает названия движений но ошибается в применении терминологии, не всегда замечает ошибки в исполнении.	Может свободно применять хореографическую терминологию, владеет правилами анализа исполнения движений, может объяснить ошибки
Выполнение комплекса упражнений на	Демонстрирует дефекты осанки, не	Демонстрирует средние хореографические	Демонстрирует хорошую осанку, выворотность,

<p>развитие двигательного аппарата (партерная гимнастика)</p>	<p>обладает выворотност ью, растяжкой, гибкостью, прыгучесть ю. Ошибается в применении позиций рук, ног. Испытывает трудности в построении рисунков танца.</p>	<p>данные, либо обладает некоторыми из них. Владеет правильными позициями рук, ног, не всегда умеет грамотно использовать их в движении. Не всегда может четко держат рисунок танца.</p>	<p>растяжку, гибкость, легкий высокий прыжок. Владеет правильными позициями рук, ног, умеет грамотно использовать их в движении. Знает рисунки танца, умеет перестроиться из одного рисунка в другой.</p>
<p>Координация</p>	<p>Не развита, самостоятел ьно не исполняет</p>	<p>Развита не в полном объеме и выполняет с подсказкой педагога</p>	<p>Хорошо владеет координацией и исполняет самостоятельно</p>
<p>Техника исполнения движений джаз- танца, танца модерн</p>	<p>Не знает и не выполняет</p>	<p>Знает технику исполнения не всех движений. Самостоятельно движений выполнить не умеет</p>	<p>Хорошо знает технику исполнения и самостоятельно выполняет показ движения</p>

Критерии метапредметных результатов

результат	низкий	средний	высокий
Интерес к танцевальному искусству	Не проявляет	Проявляет не активно	Проявляет активный интерес
работа в коллективе (Проявляет чувство товарищества и уважение к окружающим)	Не взаимодействует, активность в группе не проявляет, не проявляет уважение к окружающим	Взаимодействует, но не со всеми. Проявляет либо чувств товарищества или уважение к окружающим	Активно взаимодействует, общается со всеми членами коллектива, проявляет уважение к окружающим
Индивидуальные творческие способности (чувство ритма, музыкальных слух память, внимание)	Не запоминает танцевальные комбинации, движения выполняет не в такт музыке, не внимателен	Индивидуальные творческие способности проявляет, но не все	Все творческие способности проявляет

Критерии личностных результатов

результат	низкий	средний	высокий
Значимость занятий хореографией	Не проявляет. не интересуется танцевальными традициями, не участвует и не посещает	Проявляет интерес к занятиям, но не проявляет уважительного отношения к	Проявляет и интересуется танцевальными традициями

	мероприятия, концерты	танцевальным традициям	
Танцевальные способности и навыки	Малоинициативен, сложно сходится с товарищами, проявляет слабый интерес к коллективной деятельности.	Медленнее включается в процесс взаимодействия с партнерами, либо включается только по выбору	Демонстрирует умение слушать, способен взаимодействовать с партнерами, умеет отстаивать свою точку зрения.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДОП

2.1. Материально-техническое обеспечение.

2.2.1 Информационные:

- информационные листки;
- объявления;
- стенды;
- периодическая печать;
- фотография;
- газеты.

2.2. 2. Технические:

13.

Наличие учебного класса. Оборудование классов: станки, зеркала для самоконтроля.

Техническое оснащение: музыкальный центр, ноутбук, аудио-видео записи, CD диски., USB-флеш-накопитель., видеокамера.

Сценическая площадка для репетиций.

Оформление концертных номеров:

- изготовление костюмов в соответствии с репертуаром;
- обувь для сцены и для занятий;
- бутафория;
- оформление сцены (в соответствии с тематикой выступления).

Наличие спортивного инвентаря; маты, мячи.

Наличие комнат-раздевалок.(1 шт)

2.2. Методическое обеспечение.

2.2.1. Педагогические технологии, применяемые в программе.

Программа школы танца, строится с учётом основных принципов, средств, форм и методик, позволяющих организовать образовательный процесс на основе общепедагогических и специальных знаний, умений и навыков:

- Групповые технологии
- Личностно – ориентированные технологии
- Культурно - воспитывающие технологии
- Здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья обучающихся).
- Коллективно-творческая деятельность (КТД):

14

2.2.2 Педагогические методы.

На занятиях педагогом используются такие методы, как: рассказ, беседа, метод объяснения, метод показа и наглядного примера, метод упражнения.

2.2.3. Организация учебных занятий.

Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть.

В процессе освоения материала нужно учитывать принцип «от простого к сложному». Данная программа осуществляется на таких принципах, как:

- Принцип научности;
- Принцип систематичности;
- Принцип наглядности;
- Интеграционный принцип.

Согласно этим принципам образовательный материал, который дается на занятии, соответствует уровню современного научного знания, преподносится обучающимся в определенной последовательности.

По принципу систематичности обучающиеся приобретают представления и понятия, которые являются элементами единой целостной системы знаний по предмету.

Педагогом используется метод показа, анализ и обсуждение иллюстративного материала, просмотр видеозаписей. Интеграционный принцип представляет собой воздействие на эмоциональную сферу обучающихся гармоничным сочетанием музыкальных, литературных, живописных хореографических образов.

2.3 Формы контроля.

15.

Основные формы контроля по программе «Ритмика», представлены в виде: наблюдения, устного (фронтального) опроса, выполнения творческих заданий, анкетирования, открытых занятий, входящей диагностики, промежуточной (полугодия) и итоговой аттестации.

2.4. Формы представления результатов для участников программы являются: отчетный концерт ЦДО Дземги, участие в мероприятиях и концертах, участие в смотрах и конкурсах различного уровня

2.5. Оценочные материалы: аналитическая справка (протоколы), видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования, фото, отзыв детей и родителей, статья.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Ваганова А. Я. «Основы классического танца». _6-е изд. - СПб.: Лань, 2000. - 192 с., илл. - ("Учебники для вузов. Специальная литература")
 2. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета».- В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011, с.
 3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 2000. – 150 с.
 4. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001. – 154 с.
 5. Программа "Ритмика и хореография для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, детских музыкальных школ, школ искусств", г. Хабаровск 2006г.
 6. Хаас Жаки Грин. Анатомия танца. – Поппури. 2019. – 296 с.
 7. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992. – 300 с.
- 16.
8. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
 9. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.

10. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.

Интернет - источники:

1. <http://ballett.ru/cont/first>. – сайт для хореографов
2. <http://www.missfit.ru> – сайт методической литературы для хореографов
3. <http://www.horeograf.com> – сайт для хореографов

17.

Приложение № 1

1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практ. занят.	Формы аттестации и контроля
1.	Вводное занятие	1	1		Журнал посещаем.
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ					
2.	Экзерсис классического танца (1класс)	72		72	Открытое занятие

3.	Свободная пластика (основы джаза и современного танца).	56		56	Открытое занятие
4.	Постановочная деятельность	8		8	Журнал посещаем.
5.	Концертная деятельность	4		4	Отчетный концерт
6.	Мероприятия воспитательного характера	3		3	Материал анкет. и тестирования
	Итого:	144	1	139	

2 год обучения

№ пп	Наименование тем	Всего	Теория	Практ. занят.	Формы аттестации и контроля
1.	Вводное занятие	2	2		Журнал посещаемости
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ					
2.	Экзерсис классического танца (второй класс)(ЭКТ)	108		108	Открытое занятие
3.	Джаз-танец(ДТ)	72		72	Открытое занятие
4.	Постановочная деятельность(ПД)	12		6	Журнал посещаемости
5.	Концертная деятельность(КД)	16		8	Отчетный концерт
6.	Мероприятия воспитательного характера(приложение №1)(МХТ)	6		6	Материал анкетирования и тестирования
	Итого:	216	2	214	

3 год обучения

№ пп	Наименование тем	Всего	Теория	Практ. занят.	Формы аттестации и контроля
1.	Вводное занятие	4	4		Журнал посещаемости
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ					
2.	Экзерсис классического танца (третий класс).(ЭКТ)	108		108	Открытое занятие
3.	Джаз -модерн танец (1 год обучения)(ДМТ)	43		43	Открытое занятие
4.	Постановочная деятельность(П.Д)	43		43	Журнал посещаемости

5.	Концертная деятельность(К.Д)	12		12	Отчетный концерт
6.	Мероприятия воспитательного характера(МВХ)	6		6	Материал анкетирования и тестирования
	Итого:	216	4	212	

Приложение № 2

КАЛЕНДАРНО_УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1 год обучения

№ п\п	Наименование тем и разделов	Практич. часы	Инд .часы
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ	1	
2	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	72	
Экзерсис у палки <i>сентябрь ,октябрь,ноябрь</i>			

Постановка корпуса а) по 1,2, позициям ног	1	
б) по 3,5 позициям ног.	1	
Demi plie а) по 1,2 позициям ног.	1	
б) по 3,5 позициям ног.	1	
Battement tendu по 1 поз.ног а) в сторону	1	
б) вперед и назад	1	
Battement tendu с demi plie по 1 поз.ног а) в сторону	1	
б) вперед и назад	1	
Passe par terre.	1	
Понятие направлений движений а) en dehors	1	
б) en dedans	1	
Demi rond de jambe parr terre а) en dehors	1	
б) en dedans	1	
Экзерсис на середине зала		
Постановка корпуса а) по 1,2, позициям ног	1	
б) по 3,5 позициям ног	1	
Позиции рук: а) подготовительная и 1 позиции рук. б) 2 и 3 позиции рук.	1	
I Port de brass.	1	
Demi plie по 1,2 позиции ног	1	
Allegro		
Temps live sote по 1 поз.ног	1	

Экзерсис у палки <i>декабрь ,январь,февраль</i>		
Battement tendu по 1 поз.ног	1	
Rond de jambe parr terre en dehors и en dedans	1	
Releve lant на 45° по 1 позиции ног.	1	
Battement tendu jete по 1 поз.ног	1	
Положение ноги на sou-de-pied а) условное,	1	
б) учебное, сзади	1	

Battement tendu с demi plie	1	
Battement frappe (носком в пол)	1	
Экзерсис на середине зала		
Demi plie по 3,5 позиции ног	1	
Battement tendu по 1 поз.ног	1	
а) в сторону		
б) вперёд и назад	1	
Battement tendu с demi plie по 1 поз.ног	1	
а) в сторону		
б) вперёд и назад	1	
Allegro		
Temps live sote по 1,2,5 поз.ног	1	
Shagement de pied лицом к палке	1	
Shagement de pied	1	
Pa echarpe на 2 позиции ног	1	

Экзерсис у палки <i>март, апрель</i>		
Battement tendu по 1 поз.ног	1	
Rond de jambe parr terre en dehors и en dedans	1	
Releve lant на 45° по 1 позиции ног.	1	
Battement tendu jete по 1 поз.ног	1	
Положение ноги на sou-de-pied (условное, учебное, сзади)	1	
Battement tendu с demi plie	1	
Battement frappe (носком в пол)	1	
Экзерсис на середине зала		
Battement tendu	1	
Passe terre.	1	
Demi rond de jambe parr terre en dehors и en dedans	1	
2 port de brasse.	1	
Allegro		
Pass assemble	1	
Pass balance	1	
Танцевальные элементы		
Танцевальный марш по кругу	1	
Танцевальный марш по диагонали	1	
Шаг полонез	1	
Рас полька	1	

Вальсовая дорожка	1	
Pas голоп по диагонали	1	
Pas голоп по кругу	1	
Шене по ½ поворота (точка)	1	
Шене по диагонали 360 *	1	
Шене по кругу		

Экзерсис у палки <i>май</i>		
Battement tendu по 5 поз.ног	1	
Battement tendu soutenu по 1 и 5 позициям ног.	1	
Rond de jambe parr terre en dehors и en dedans	1	
Battement fondu (носком в пол)	1	
Grand plie по 1,2,5 позиям ног	1	
Petit battement sour le cou-de-pied.	1	
Battement releve lant на 90° по 1 позиции.	1	
Grand battement jete по 1 позиции ног	1	
Экзерсис на середине зала		
Grand plie по 1 позиции ног	1	
Battement frappe (носком в пол)	1	
Battement releve lant на 45° по 1 позиции.	1	
Позы 1,2 arabesque (носком в пол)	1	
Tan lie par terre.	1	

3.	ОСНОВЫ ДЖАЗА И СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА (ДТ) сентябрь ,октябрь ,ноябрь ,декабрь	56	
	Изолированные движения головой.	1	
	Кивок,Вращение ,	1	
	Наклоны,Повороты,	1	
	Санде	1	
	Изолированные движения плеч	1	
	подъем плеч,опускание плеч, твист	1	

Изолированные движения грудной клетки	1	
движения таза в сторону, движение вперед, движение в сторону	1	
Изолированные движения бедер	1	
движение таза в сторону		
движение вперед ,движение назад	1	
Позиции и движения рук	1	
«солнце»		
«пресс-позиция»	1	
Позиции и движения ног		
понятие «in»,	1	
понятие «out»,	1	
понятие «flex»,	1	
понятие «pointee»,	1	
положение «second»	1	
Шаги с бедром	1	
«jazz walls»	1	
Прыжки	1	
Sote в положениях out,in,		
flex ,pointee	1	
Работа на середине зала	3	
Передвижение в пространстве	2	

январь ,февраль ,март, апрель, май

Изолированные движения головой в сочетаниях	1	
«крест»,«квадрат»,		
«круг»,«полукруг»	1	
Изолированные движения плеч в сочетаниях	1	
«крест»,«квадрат»,«круг»,		
«полукруг»,«восьмерка»	1	
Изолированные движения бедер в сочетании	1	
«крест»,		
«круг»,	1	
«квадрат»,	1	
	1	

положение “relis” (flat bear)			
Позиции рук вторая позиция, третья позиция, jerk позиция		1 1 1	
Оппозиции кистей и пальцев Веер, круг, поворот ладони: вниз, вверх, назад		1	
Коланс (body rolls) Целый, половинный		1	
Demi plie и battement tendu в сочетаниях положений in, out		1	
Позы джаз-танца «плуг», «змея», “ranverses”		1 1	
Слайды (скольжение)		1	
Шаги Шлепанье (flat), Верблюжий шаг (camel), Важная поступь (strut)		1 1 1	
Удар (kicks) Шаркающий шаг (brush step) На полупальцах (bent feet)		1	
Скачок (grace) Тройной (triples) Четвертные (quadruples)		1 1 1	
Американский шпагат		1	
Подготовка к контрольному годовому уроку работа на полу		3	
передвижение в пространстве		2	
4.	ПОСТАНОВОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ <i>май</i>		
	Постановка концертного номера	8	4
5.	КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ <i>май</i>		
	Репетиция и выступление на отчетном концерте коллектива	4	

6.	МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА		
	<i>сентябрь, май</i>		
	Анкетирование родителей и детей	3	

2 год обучения

№ п\п	Наименование тем и разделов	Пр ак т ча сы	Инд. часы
1.	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ	2	
2.	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	10 8	
Экзерсис у палки <i>сентябрь, октябрь, ноябрь</i>			
	Battement tendu по 1 и 5 позициям ног	2	
	Battement tendu pour le pied.	2	
	Battement soutenu по 5 позиции ног.	2	
	Battement tendu jete по 1 и 5 позиции ног.	2	
	Battement tendu jete с demi plie.	2	
	Temps releve par terre.	2	
	Перегибы корпуса назад и в сторону	2	
Экзерсис на середине зала			
	Battement tendu по 1 и 5 позициям ног=	2	
	Battement tendu с demi plie	2	
	Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.	2	
	Battement fondu (роском в пол)	2	
	Battement releve lent на 90° по 1 позиции ног.	2	
	Поза 3 arabesque (носком в пол в точку 2,8).	2	
Allegro			
	Pas assemble в сторону.	2	
	Pas ballance	2	
	Pas glessade в сторону.	2	

Экзерсис у палки <i>декабрь, январь</i>			
	Grand plie по 1,2,5 и 4 позиям ног	2	
	Battement tendu jete pique по 1 и 5 позициям ног.	2	
	Rond de jambe par terre en dehors и en dedans	2	
	Battement retiree по 5 позиции ног.	2	
	Battement developpe на 90°.	2	
	Grand battement	2	
	Rond de jambe en l'air на 45°.	2	
	Petit battement cour le cou-de-pied с акцентами. =	2	
Экзерсис на середине зала			

3 Port de bras Grand plie по 1,2,5 и 4 позиям ног	2	
Petit battement Позы классического танца croise и efface.	2	
Battement tendu в позы классического танца. Battement tendu jete в позы классического танца.	2	
Temps releve par terre en dehors и en dedans Grand battement jete.	2	
Allegro		
Pas assemble	2	
Pas glessade Sissons simple.	2	

Экзерсис у палки февраль, март		
Battement frappe на 25°. Double frappe носком в пол.	2	
Battement fondu на 45° Rond de jambe en l'air на 45° en dehors и en dedans	2	
Petit battement с акцентом вперед и назад. 3 Port de bras	2	
Позы классического танца (закрывающие движения). Battement soutenu (носком в пол)	2	
Battement tendu jete Pas de bourree simple (с переменной ног).	2	
Экзерсис на середине зала		
Маленькие позы классического танца. Double frappe (носком в пол).	2	
Battement developpe- Temps lie par terre.	2	
Pas de borre sueve. Grand battement jete.=	2	
Allegro		
Pas assemble Pas glessade Sissons simple.	2	
Sissonne simple ивепalment croise и efface Pas jete.	2	
Pass echappe в позицию ног Pass balance	2	
Grand chogement de pied petit Petit echorre на 2и4 позициях ног	2	
Танцевальные элементы		
Pas de basqu(сценический).		

Экзерсис у палки		
-------------------------	--	--

<i>апрель, май</i>		
Battement tendu jete pique по 1 и 5 позициям ног Battement tendu pour le pied по 1 и 5 позициям ног.+	2	
Battement tendu с demi plie Battement tendu frappe на 25°	2	
Battement double frappe Battement double tendu frappe на 25°	2	
Relove по 1,2,5 и 4 позициям ног. Pas de bourree cot (без перемены ног)	2	
Экзерсис на середине зала		
Battement tendu в маленькие позы классического танца Battement tendu (с переходами по 2 и 4 позициями)	2	
Battement tendu jete в позы классического танца Rond de jambe par terre	2	
Battement frappe на 25°. Battement fondu на 45°	2	
Battement double frappe на 25°. Petit battement	2	
Releve lant на 90°. Battement developpe+	2	
Grand battement в позы классического танца Pas de bourre simpl	2	
Allegro		
Grand echarpe по 2 и 4 позициям ног Double echarpe	2	

3.	ОСНОВЫ ДЖАЗ-ТАНЕЦ <i>Сентябрь, октябрь</i>	72	
Изолированные движения головой. Кивок, Вращение, Наклоны, Повороты, Сандери		2	
Изолированные движения плечподъем плеч, опускание плеч, твист		2	
Изолированные движения грудной клетки движения грудной клетки в сторону, движение вперед, движение в сторону		2	
Изолированные движения беде движение таза в сторону, движение вперед, движение назад=		2	
Позиции и движения рук «солнце», «пресс-позиция»		2	
Позиции и движения ног понятие «in», понятие «out», понятие «flex», понятие «pointee», положение «second»		2	

Шаги с бедром «jass walls»	2	
Прыжки Sote в положениях out, in, flix, pointee	2	

ноябрь, декабрь

Изолированные движения головой в сочетаниях «крест», «квадрат», «круг», «полукруг»	2	
Изолированные движения плеч в сочетаниях «крест», «квадрат» «круг», «полукруг», «восьмерка»	2	
Изолированные движения бедер в сочетании «крест», «круг», «квадрат», положение “relis” (flat bear)	2	
Позиции рук вторая позиция, третья позиция, jerk позиция--	2	
Оппозиции кистей и пальцев Веер, круг, поворот, ладони: вниз, вверх, назад «восьмерка»	2	
Коланс (body rolls) целый, половинный	2	
Demi plie и battement tendu в сочетаниях положений In, out	2	
Позы джаз-танца «плуг», «змея», «ranverses»=	2	
Слайды (скольжение)	2	
Шаги, Шлепанье (flat) Верблюжий шаг (camel) Важная поступь (strut) Удар (kicks) Шаркающий шаг (bruch step)	2	
На полупальцах (belt beet) Скачок (prance) Тройной (triples) Четвертные (quadruples)	2	
Американский шпагат=	2	

январь, февраль

Способы движений верхней части туловища наклоны от талии L 90 гр., твист (вращение), боковая арка	2	
Способы исполнения движений таза по диагонали, «латиноамериканское» бедро	2	
с полупальцев , (ягодицы)	2	
Спирали	2	
Контракция лежа, сидя, в комбинациях	2	
Приемы в положении поднимание таза, «карусель», твист-стопы, смена ног в воздухе+	2	

с вращением бедра,скрещенная позиция,полусидя,Сплит (джаз-шпагат)	2	
Grand battment jete (в партере) вперед,с бедрами,в положении «pointee» и «in»	2	
Прыжки hop,bear jete,jamp, saut	2	
Assamble,sissonn,skip (скачок, галоп),jete	2	

Март, апрель

Изоляция стопы сгибание и вытягивание стопы, поворот внутрь изнутри,полупальцы внутрь и изнутри, круг (полный) стопами	2	
легкое постукивание, пятка-полупальцы, полупальцы-полупальцы	2	
Падения (falls) вперед на живот,в положении лежа на спине, на бок с положений: сидя, на коленях, стоя.	2	
Вращения: степ-поворотв воздухе: с одной на другую, с двух на две ,на трех шага, на подскоках направо вокруг оси, на месте	2	
Триплет	2	
Подготовка к контрольному годовому уроку работа на полу , работа на середине зала, передвижение в пространстве	2	
4.	ПОСТАНОВОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	
	<i>Декабрь, Май</i>	
	Постановка концертного номера	12 6
5.	КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	
	<i>май</i>	
	Выступление на конкурсах	16 8
	Выступление на отчётном концерте	
6.	МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА	
	<i>сентябрь, май</i>	
	<i>Анкетирование родителей и детей.</i>	6

№ п\п	Наименований тем	Практ. Часы	Индив. часы
1.	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ	3	
2.	ЭКЗЕРСИС КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА	108	
Экзерсис у палки <i>Сентябрь ,октябрь ,ноябрь</i>			
	Rond de jambe par terre en dehors, en dedans на demi plie.(м/р4/4).	2	
	Rond de jambe par terre en dehors, en dedans с акцентом в 1 поз. ног (м/р 4/4).	2	
	Doublé battement tendu по 2 поз. ног (м/р 2/4).	2	
	Battement frappe на 25 гр. На 1/4 с акцентом от р.н. (м/р 2/4).	2	
	Battement doublé frappe на 25 гр. на один такт (м/р 2/4).	2	
	Battement fondu на 45 гр. (м/р 4/4).	2	
	Rond de jambe en 1 air на 45 гр. en dehors, en dedans на 2/4.=	2	
	Petit battement cour le sou-de-pied с акцентом вперед и назад на полупальцах (м/р 2/4).	2	
	Поза attitude efface на 4 т. (м/р 4/4).	2	
Экзерсис на середине зала			
	Grand plie по 1,11,V позициям ног en face и epaulement croise efface (м/р 4/4)	2	
	Поза ecarte маленькая и большая вперед и назад носком в пол и на demi plie. Battement tendu: а) в маленькие позы; б) plie soutenu en face.	2	
	Battement tendu jete: а) en face вперед, в сторону, назад; б) pique en face; в) в маленькие позы.	2	
	Rond de jambe par terre на demi plie en dedans с акцентом в 1 поз. Rond de jambe par terre на demi plie на 1 такт (м/р 4/4).	2	
	Battement trappe на 25 гр. - носком в пол (м/р 2/4).	2	
	Battement fondu на 45 гр. а) en face б) ep. croise в) ep. effacee.	2	
	Battement developpe вперед, в сторону, назад на 45 гр. в позах: а) croise б) efface в) ecarte г)1, II, III arabesque.	2	
	Grand battement jete во всех направлениях.	2	
	Четвертое и пятое port brass на 2 такта (м/р 4/4).	2	

Поза четвертого arabesque носком в пол. Pas de bourre cote без перемены ног (м/р 2 т 2/4).	2	
<i>Allegro</i>		
Pas echarpe на одну ногу en dehors, en dedans (м/р 2/4). Pouble assemble (м/р 1 т. 2/4).	2	
Pas jete в сторону (м/р 1 т 2/4). Pas echarpe на IV поз. ног.	2	

Экзерсис у палки <i>Декабрь, январь</i>		
Grand plie по IV поз. ног. Battement tendu во все маленькие позы.	2	
Battement tendu jete во все маленькие позы. Battement tendu jete balances.	2	
Battement fondu с подъемом на полупальцы (м/р 1 т 4/4). Battement fondu на 45 гр. с plie-releve на целой стопе (м/р 1 т 4/4).	2	
Tan relive en 1 air на 45 гр.	2	
<i>Экзерсис на середине зала</i>		
Battement fondu на 45 гр. в позы классического танца. Battement doubl frappe с окончанием в demi plie (м/р на 2 т 2/4).	2	
Поза четвертого arabesque на 45 и 90 гр. (м/р 4/4).	2	
Поза affitude croise и effacee.	2	
Элементарное adagio (м/р 4/4, 3/4)..	2	
<i>Allegro</i>		
Pas echarpe на одну ногу en dehors, en dedans (м/р 1 т 2/4). Pas assevble вперед и назад на crise (м/р 2/4 УА т).	2	
Pas jete в сторону (м/р 2/4 на 2 т). Temps lie в en fase и croise (м/р 2/4 на 2 т).	2	
	4	

Экзерсис у палки <i>Февраль, март</i>		
Battement soutenu на 45 гр. с подъемом на п/п в V поз. ног (м/р 4/4). Plie-releve на п/п на 45 гр.	2	
Demi rond de jambe на 45 гр. en dehors, en dedans на целой стопе (4/4).	2	
Flic спереди и сзади на всей стопе.	2	
Releve на п/п по IV поз. ног с demi plie.	2	
Preparations к пируэту sous le sou-de-pied из V поз. ног.	2	
<i>Экзерсис на середине зала</i>		
Demi plie по IV поз. en face и ep. croise и en. effacee.	2	

Battement releve lant на 90 гр. en effacee.	2	
Battement developpe на 90 гр. effacee.	2	
Allegro		
Pas qlissad вперед и назад. Sissonse ouverte в сторону носком в пол - лицом - к станку - на середине зала (м/р 2/4 на 2 т)	2	

Экзерсис у палки <i>Апрель, май</i>		
Полуповороты в V поз. ног на полупальцах: а) поворот к палке; б) поворот от палки.	2	
Третье port de brass с растяжкой назад и вперед (м/р на 2 т 4/4).	2	
Battement developpe на 90 гр. (м/р на 2 т 4/4).	2	
Экзерсис на середине зала		
Подготовка к туру по V поз. ног и сам тур (м/р 2 т 2/4).	2	
Grand battement jete.	2	
Третье port de brass с растяжкой (м/р на 2 т 4/4).	2	
Allegro		
Pas qlissad вперед и назад в маленькие позы croise и effacee и позы arabesque (м/р 2/4).	2	
Sissonne ouverte в сторону носком в пол (м/р 2/4). Sissonne ouverte вперед и назад в en face - поза croise (м/р 2/4).	2	
Sissone ferme в сторону без перемены ног (м/р на 2 т 2/4) Заноски	2	
Подготовка к годовому контрольному уроку, состоящему из пройденного материала (2-3 класса) классического танца: экзерсис у станка, на середине зала и прыжков.	4	

2 .	ДЖАЗ-МОДЕРН ТАНЕЦ		
ПАРТЕР <i>Сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь</i>			
Простые упражнения на дыхание. Положение сидя (сход-возврат)	2		
Проучивание движения Kolaps Упражнения для спины stretchts.	2		
Позиции ног в партете: а) IV swastika, Позиции ног в партете б) III second	2		
СЕРЕДИНА			
Четкие смены в позициях "in» и «out» Plie и grand plie в позициях «in» и «out»	2		
Подготовка к tilt	2		
ПРОДВИЖЕНИЕ			

Простейшие прыжки «hop»				
Шаги с переносом центра тяжести Low walk - низкий шаг			2	
Элементы импровизации в заданных педагогом комбинациях.			8	
ПАРТЕР <i>Январь, февраль, март, апрель, май</i>				
Подготовка к вращениям Plie «in» и «out» в координации с руками			2	
Положение surver over. Упражнения на координацию: а) рук,			2	
Упражнения на координацию: б) ног, Упражнения на координацию: в) стопы,			2	
Упражнения на координацию: г) корпуса. Растяжка: а) у станка			2	
Растяжка б) на середине зала Растяжка в) в паре			2	
СЕРЕДИНА				
Изучение акцентов «up» и «down» Plie и grand plie с акцентами «up» и «down»			2	
Battement tendu с акцентами Grand battement с одновременной работой корпуса (смещение центра тяжести)			2	
Tilt на двух ногах и на одной ноге. Walking с балансом			2	
Grand battement в продвижении с координацией рук и корпуса Подготовка к прыжкам leg bent.			2	
Сочинение комбинаций учеником (фрагментов).			2	
Подготовка к годовому контрольному уроку			3	
3.	ПОСТАНОВОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ <i>Октябрь, ноябрь, январь, февраль</i>			
	Постановка конкурсных и концертных номеров.	43	10	
4.	КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ <i>Январь, март, май</i>			
	Репетиции и выступления на конкурсах разного уровня. Выступления на концертах посвящённых праздничным датам. Выступление на отчётном концерте коллектива.	12		
5.	МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА			
	Тестирование детей . Анкетирование родителей и детей.	6		

--	--	--	--