

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМЕНИ П.И.ОСОКИНА» ГО КРАСНОУФИМСК

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОГО ИСКУССТВА
Театр моды «Кокетка»**

**Программа по учебному предмету
«СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

Срок реализации - 3 года

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБУДО «Детская школа искусств
имени П.И. Осокина» ГО
Красноуфимск

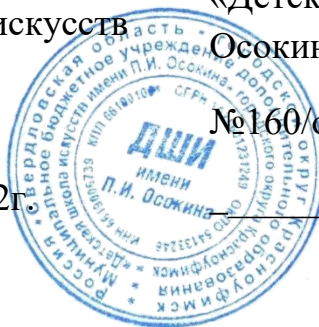
Протокол №1 от 31.08.2022г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора по МБУДО
«Детская школа искусств имени П.И.
Осокина» ГО Красноуфимск

№160/од от 31.08.2022г.

Т.Ю. Просвирнина



Разработчик: Чабин В.С., преподаватель МБУДО « Детская школа искусств
имени П.И.Осокина» ГО Красноуфимск

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- *Срок реализации учебного предмета*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета*
- *Сведения о затратах учебного времени*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий*
- *Цели и задачи учебного предмета*
- *Структура программы учебного предмета*
- *Методы обучения.*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

II. Содержание учебного предмета

- *Учебно-тематический план*
- *Годовые требования*

III. Требования к уровню подготовки учащихся

- *Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения.*

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список литературы и средств обучения

- *Методическая литература*
- *Учебная литература*
- *Средства обучения.*

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Основы изобразительного искусства» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области изобразительного искусства в детских школах искусств.

память, внимание, мышление и воображение ребёнка»

Программа «Сценическое движение» составлена на основе методической разработки для преподавателей хореографии ДШИ (начальное обучение) Певхенен Э.Н. (Санкт-Петербург), рассчитана для детей 7-11 лет и нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться и варьироваться в зависимости от возможности детей.

Доказано, что занятия движениями под музыку для детей, имеет особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, В.М.Бехтерева, методика М.Фильденкрайза и др.). В то же время, движения под музыку являются для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить свои эмоции, проявить свою энергию.

В процессе музыкально-ритмических занятий наряду с задачами общего физического развития, оздоровления детей решаются задачи эстетического воспитания ребенка. Музыка, хорошо подобранная к движениям, помогает занимающимся закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это постепенно воспитывает музыкальную

память, закрепляет привычку двигаться ритмично, красиво. Овладевая новыми всё более сложными музыкальными движениями, занимающиеся стремятся соизмерять их во времени и пространстве, подчинять ритмическому рисунку, требованиям пластики и внешней выразительности.

Возможность использования бесконечных вариаций движений (по форме, структуре, последовательности выполнения) в зависимости от создаваемого музыкального образа позволяет занимающимся расширить представления о двигательных возможностях организма, познавать закономерности движений во взаимосвязи с музыкой и таким образом практически осуществлять связь между умственным образованием и физическим воспитанием.

Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения красивее, энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху. Музыкальный ритм организует движения, повышает настроение занимающихся.

Срок реализации учебного предмета

При реализации программы учебного предмета «Сценическое движение» со сроком обучения 3 года, продолжительность учебных занятий с первого по четвертый годы обучения составляет 35 недель в год.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета.

Общая трудоемкость учебного предмета «Сценическое движение» при 3-летнем сроке обучения составляет 204 часа. Занятия подразделяются на Теоретические занятия и Практические занятия.

З.- зачёт; П.- показ коллекции

Сведения о затратах учебного времени

Вид учебной работы, нагрузки, аттестации	Затраты учебного времени			Всего часов
	1 -й год	2-й год	3-й год	
Г оды обучения	1 -й год	2-й год	3-й год	
Теоретические занятия	4	1	2	7

Практические занятия	64	67	66	197
Максимальная учебная нагрузка	68	68	68	204

Форма проведения учебных занятий

Занятия проводятся в мелкогрупповой форме. Численность учащихся в группе по 10 до 12 человек. Нагрузка 2 часа в неделю, продолжительность урока 45 минут.

Цель и задачи учебного предмета

Цель учебного предмета «Сценическое движение»- формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений способностей, качеств личности; развитие образного мышления и фантазии.

На уроках сценического движения решаются следующие **задачи**:

- Учить детей красиво и свободно владеть своим телом
- Прививать учащимся эстетический вкус
- Знакомить с мировой культурой через разучивание народных танцев
- Развивать эмоциональность, внимание, дисциплинированность
- Укреплять здоровье учащихся.

Одной из важных задач является изучение частных двигательных навыков - технических приемов выполнения заданий повышенной трудности, а также ознакомление с исторической стилистикой движения. Развитие пластического воображения достигается систематической и целенаправленной тренировкой

Структура программы

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;

- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок, итоговая аттестация;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения

Для решения двигательных задач на уроках используются такие **методы**:

- а) повторный
- б) целостно-расчлененный
- в) соревновательный (конкурсный)

Обучение танцевальным движениям происходит поэтапно:

1 этап – начальное разучивание.

На этом этапе формируются двигательные представления о действии в каждой опорной точке и выполнении движения в целом.

2 этап – детализированное обучение.

Формируется полная развернутая основа движения, уточняются действия по частям. Движения отрабатываются с помощью многократных повторов элементов и движения в целом.

3 этап – закрепление и дальнейшее совершенствование. Разученные танцевальные движения объединяются в этюд, танец, сцену. Учащиеся проявляя творчество самостоятельно придумывают композиции из разученных элементов. Применяют их в играх.

На этом этапе ставятся задачи:

- добиться техники выполнения движения без отклонений от нормы и совершенствование её
- добиться оптимальной свободы и выразительности действий
- развивать эмоциональность при выполнении танцевальных движений, работать над образом в танце

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Аудиторные занятия проходят в просторном, светлом, оснащённом необходимым оборудованием помещении. Имеется дополнительное помещение для хранения театрального реквизита, гримерных принадлежностей, костюмов и декораций. Сценические показы проводятся в концертном зале, оборудованном световой и звуковой аппаратурой.

Библиотечный фонд образовательной организации укомплектован печатными, электронными изданиями, учебно-методической литературой по театральному искусству, аудио и видеозаписями спектаклей и кинофильмов с участием выдающихся актеров прошлого и настоящего времени.

Учебная программа по предмету «Сценическое движение» рассчитана на 3 года обучения. В программе учтён принцип систематического и последовательного обучения. Последовательность в обучении позволит учащимся применять полученные знания и умения в изучении нового материала.

Учебно-тематический план отражает последовательность изучения разделов и тем программы с указанием распределения учебных часов.

II.Содержание учебного предмета

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Теоретические занятия	Практические занятия
I	Упражнения для постановки рук, ног, и головы (по методике Э.Н.Певхенен)	<u>7 ч</u>		
1	Осанка и ось корпуса.	2	1	1
2	Пояснично-крестцовый отдел	1		1
3	Плечевой и грудной пояса.	1		1
4	Постановка рук в подготовительном положении, II и III позициях.	1		1
5	Упражнения для укрепления мышц стопы.	1		1
6	Releve(подъём на полупальцы) по VI позиции.	1		1
II	Танцевальные элементы	<u>9 ч</u>		
7	Поклоны девочек и мальчиков.	2	1	1
8	Шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках.	1		1
9	Подскоки вперёд и назад. Подскоки в комбинации с галопом.	2		1
10	Галоп. Лёгкий бег вперёд и назад. Лёгкий бег в повороте (в различных комбинациях с другими движениями).	2		1
11	Притоп	2		2
III	Прыжки	4		

12	Лёгкие прыжки по I позиции с открыванием одной ноги вперёд (колено вытянуто): - на месте - с продвижением вперёд	1	1	1
13	Прыжки на одну ногу по VI позиции (нога сгибается в колене вперёд, носок вытянут)	1		1
14	Прыжки по VI позиции.	1		1
20	Прыжки с отрыванием вытянутых ног в стороны.	1		1
IV	Упражнения на ориентацию в пространстве	<u>14 ч</u>		
21	Различие правой и левой руки, ноги, плеча.	2	1	1
22	Повороты вправо, влево.	1		1
23	Построения по линиям.	2		1
24	Построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах.	2		1
25	Перестроение из колонны в шеренгу и обратно.	2		1
26	Круг, сужение и расширение круга.	2		1
27	Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.	2		1
28	«Воротца»	1		1
29	Постановка коллекций	34		34
	Всего:	68 ч	4	64

Содержание тем и разделов

1. Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.

Используются доступные детям упражнения из методической разработки для преподавателей хореографии ДШИ (начальное обучение) Певхенен Э.Н. (Санкт-Петербург).

Изучаются следующие разделы:

1. Осанка и ось корпуса.
2. Пояснично-крестцовый пояс.
3. Плечевой и грудной пояса.
4. Руки.
5. Стопы.
6. Releve (подъём на полупальцы) по VI позиции ног.

2. Танцевальные элементы.

- поклоны девочек;
- шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках;
- подскоки вперёд и назад;
- подскоки в комбинации с галопом;
- галоп;
- притоп;
- лёгкий бег вперёд и назад, в повороте (в различных комбинациях с другими движениями).

3. Прыжки.

- прыжки по VI позиции;
- прыжки с отрыванием вытянутых ног в стороны (разножка);
- прыжки на одну ногу по VI позиции (нога сгибается в колене вперёд, носок вытянут);
- лёгкие прыжки по I позиции с отрыванием ноги вперёд (колени вытянуто), на месте и с продвижением вперёд.

4. Упражнения на ориентацию в пространстве.

- различие правой и левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- построения по линиям;
- построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг;
- «воротца».

2 класс

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	В т.ч. теорет. занятия	В т.ч. практич. занятия
1	Введение в предмет	1	1	
2	Тренаж физического аппарата	1		1
3	Разучивание комплекса тренировочных упражнений	1		1
4	Выполнение простейших танцевальных шагов	1		1
5	Выполнение простейших прыжков	1		1
6	Работа корпуса – специальные упражнения	1		1
7	Урок-практикум по самовыражению	1		1
8	Выполнение движений в разном темпе	1		1
9	Упражнения на развитие подвижности стопы	1		1
10	Движения головы: повороты, наклоны, вращение	1		1
11	Позиции ног: I, II, III, IV, V, VI	1		1

	(полувыворотные)			
12	Позиции рук: I, II, III. Переводы рук из позиции в позицию	1		1
13	Упражнения на ориентировку в пространстве	1		1
14	Задания на развитие творческого самовыражения	1		1
15	Шаги: бытовой, легкий с носка, на полупальцах	1		1
16	Построение в колонну по одному, по 2 в пары. Шаг полонеза	1		1
17	Построение из колонны по одному в пары и обратно	1		1
18	Круг. Сужение и расширение круга. Перестроение из колонны в шеренгу и обратно	1		1
19	Эмоционально окрашенное движение в пространстве	1		1
20	Развитие движения: полупальцы, полуповороты, смена ракурса, смена рисунка передвижения, смена ритма.	2		2
21	Упражнение на развитие координации рук, ног, корпуса, головы	2		2
22	Контрольный урок-дефиле	2		2
23	Ориентировка на сценической площадке	2		2
24	Тренировка скорости, темпа и контрастности в движении	2		2
25	Отработка синхронности в выполнении движений	2		2
26	Простые упражнения на развитие координации движений	2		2
27	Импровизация в форме игры	2		2
28	Постановка коллекций	34		34

ИТОГО:	68	1	67
---------------	-----------	----------	-----------

Содержание тем и разделов

Занятие №1

Тема: Введение в предмет «Основы сценического движения»

Цель: Познакомить учащихся с целью, задачами дисциплины и ее назначением.

Теоретическая часть: Дать понятие «сценическое движение». Определить место данной дисциплины среди других. Познакомить с целью и задачами предмета.

Практическая часть: Знакомство с комплексом простейших общеразвивающих упражнений.

Занятие №2,3

Тема: Тренаж физического аппарата

На этих занятиях продолжается знакомство с комплексом простейших общеразвивающих упражнений, способствующих укреплению и развитию мышц и суставов. Упражнения выполняются на середине зала стоя под музыкальное сопровождение. Набор тренировочного материала варьируется и усложняется в зависимости от возможностей воспитанников.

Занятие №5,6

Тема: Разучивание комплекса тренировочных упражнений

В комплекс тренировочных упражнений входят:

- упражнения для головы;
- для плеч;
- рук, кистей рук;
- корпуса;
- бедер;

– ног, ступней ног.

Упражнения выполняются на середине зала стоя под ритмичную музыку. В комплекс также включены простые упражнения на развитие координации движений и прыжки. Перед выполнением каждого нового упражнения разъясняется элементарная техника его выполнения.

Занятие №7,8

Тема: Выполнение простейших танцевальных шагов.

Теоретическая часть: Знакомство учащихся с различными видами шагов, разъяснение техники выполнения шагов (бытового, легкого шага с носка, шага на полупальцах) с показом.

Практическая часть: Выполнение шагов в разном темпе. Выполнение упражнений на вытягивание ноги вперед, в сторону. Дефиле с использованием разных видов шагов. Работа над постановкой положения корпуса и головы при ходьбе. Развитие умения согласовывать музыку с движением.

Занятие №9,10

Тема: Простейшие прыжки.

Знакомство учащихся с разными видами прыжков (танцевальными). Работа над постановкой рук головы и корпуса во время прыжков, над легкостью выполнения. Развитие умения чувствовать пространство. Выполнение прыжков в сочетании с ходьбой (шагами). Разучивание упражнений тренировочного кросса (бег, прыжки в продвижении вперед).

Занятие №11

Тема: Работа корпуса – специальные упражнения.

Теоретическая часть: Знакомство с техникой выполнения упражнений для корпуса. Назначение упражнений. Значение данной группы упражнений для развития гибкости, пластичности движений, для развития и укрепления мышц спины, боковых мышц. Сопровождение теории показом педагога.

Практическая часть: Выполнение упражнений для корпуса стоя на середине зала: наклоны вправо, влево, вперед, назад, с вытянутыми руками

вперед или в сторону. Развитие умения следить за правильным положением корпуса во время выполнения упражнений. Специальные упражнения для корпуса у станка.

Занятие №12

Тема: Урок-практикум по самовыражению.

Учащимся даются задания, способствующие развитию творческой фантазии, воображения и позволяющие самовыразиться в процессе выполнения движений.

Воспитанники выполняют движения в соответствии с возникшими фантазиями во время прослушивания разных музыкальных фрагментов.

Во время дефиле работают над перевоплощением в разные образы (образы «Пеппи – длинных чулок», «Школьница» и т.д.).

Занятие №13

Тема: Выполнение движений в разном темпе.

Дать понятие темпа. Выяснить какой бывает темп. Прослушать музыкальные фрагменты с разным темпом. Выполнение общеразвивающих упражнений в разном темпе на середине зала стоя.

Упражнения подразделяются на 4 блока:

I блок – упражнения в медленном темпе;

II блок – упражнения в умеренном темпе;

III блок – упражнения в быстром темпе;

IV блок – упражнения в медленном темпе (на дыхание).

Также воспитанники учатся менять темп при ходьбе. В процессе выполнения упражнений со сменой темпа у детей развиваются музыкально-слуховые навыки, чувство ритма.

Занятие №14

Тема: Выполнение упражнений в разном темпе. Упражнения на развитие подвижности стопы.

Бег, ходьба в разном темпе. Дефиле в разном темпе. Разучивание комплекса упражнений на развитие подвижности стопы.

Комплекс включает:

- упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа;
- упражнения у станка;
- ходьбу на полной стопе, на полупальцах, на пяточках.

В процессе занятия учащиеся должны научиться выполнять упражнения с вытянутым носочком и с сокращенной стопой.

Занятие №15

Тема: Движение головы: повороты, наклоны, вращения.

Знакомство учащихся с упражнениями, включающими движение головы на развитие координации движений. Ходьба с наклонами, поворотами головы. Работа над правильной постановкой головы во время движений.

Занятие №16

Тема: Позиции ног: I-VI (полувыворотные).

Теоретическая часть: Знакомство с разными позициями ног. Разъяснить значение позиций в движении.

Практическая часть: Выполнение упражнений в разных позициях ног:

- на середине зала стоя;
- в прыжках;
- у станка.

Научить воспитанников соблюдать полувыворотное положение ног при выполнении упражнений.

Занятие №17

Тема: Позиции рук: I-III. Переводы из позиции в позицию.

Теоретическая часть: Знакомство с позициями рук I, II, III. Разъяснить необходимость умения правильно и красиво двигать руками.

Практическая часть: Выполнение упражнений для рук в I-III позициях на середине зала стоя, у станка. Научить переводить руки из позиции в позицию. Выбатывать при выполнении упражнений соответствие позиций рук позициям ног.

Занятие №18

Тема: Упражнения на ориентировку в пространстве.

Научить различать правую и левую ногу, руку, плечо; повороты влево и вправо, умению двигаться в колонне по одному: по диагонали, «змейкой», «по кругу», «зигзагом». Выполнение поворотов и полуповоротов. Ходьба с поворотами и полуповоротами. Развивать умение соблюдать дистанцию.

Занятие №19

Тема: Развитие творческого самовыражения.

Развитие творческой фантазии и воображения при выполнении творческих заданий:

1. придумывание разных позировок (самостоятельная работа перед зеркалом) с последующей демонстрацией.
2. дефиле с использованием придуманных позировок.
3. анализ результатов работы.

Занятие №20

Тема: Шаги: легкий с носка, бытовой, на полупальцах.

Закрепление знаний и навыков полученных ранее на предыдущих занятиях. Выполнение тренировочного комплекса упражнений на середине зала стоя. Работа над техникой выполнения шагов. Добиваться свободного владения собственным телом учащихся при ходьбе.

Занятие №21,22

Тема: Построение в колонну по одному, по 2 в пары. Шаг полонеза.

Научить передвижению в колонне по одному и по 2 в парах, перестроению из одной колонны в две и обратно.

Учить соблюдать дистанцию и вырабатывать навыки ровного неторопливого движения вперед. Развивать ощущение идущего рядом. Познакомить с шагом полонеза. Выполнение шага полонеза.

Занятие №23

Тема: Эмоционально окрашенное движение в пространстве.

Теоретическая часть: Дать понятие «эмоции» и «эмоционально окрашенного движения». Значение эмоций в движении.

Практическая часть: Учить чувствовать настроение музыки и выражать его как в движении, так и в выражении лица.

Занятие №24

Тема: Круг. Сужение и расширение круга. Перестроение из колонны в шеренгу и обратно.

Учащиеся закрепляют навыки перестроения из колонны по одному в колонны по 2 (в пары) и обратно, и знакомятся с перестроением из колонны в шеренгу и обратно. Кроме того воспитанники учатся ходить по кругу то расширяя, то сужая его. Развивать ощущение пространства.

Занятие №25,26

Тема: Развитие движения: полупальцы, полуповороты, смена ракурса, смена рисунка передвижения, смена ритма.

На этих занятиях учащиеся выполняют упражнения на полупальцах у станка, повороты и полуповороты на середине зала. Учатся сочетать ходьбу с полуповоротами. Передвигаются вперед разными способами и в разном темпе.

Занятие №27,28

Тема: Упражнения на развитие координации рук, ног, корпуса, головы.

Предварительно объясняется техника выполнения упражнений данного вида. Упражнения выполняются в последовательности от простого к сложному по заданию педагога, а также сочетаются самими учащимися. При их исполнении необходимо менять ритм, скорость, рисунок движения. Упражнения постепенно усложняются, включая движение разных частей тела. Комплекс упражнений способствует концентрации внимания и развитию воображения.

Занятие №28,29

Тема: Контрольный урок – дефиле.

Проверка выполнения техники шага, умения соблюдать дистанцию, умение самовыражаться, ориентироваться в пространстве, входить в образ.

Занятие №30

Тема: Ориентировка на сценической площадке.

Учить ориентироваться на сценической площадке:

- предварительный осмотр сценической площадки;
- определение границ пространства движения;
- определение дистанции при передвижении, места остановки, поворота, полуповорота, стороны выхода и ухода со сценической площадки.

Развитие умения держаться на сцене, развитие чувства уверенности.

Занятие №31

Тема: Тренировка скорости темпа и контрастности в движении.

Выполнение движений в разном темпе (от медленного до быстрого).
Дать понятие «контраста» в движении. Выполнение движений разных по контрастности.

Занятие №32

Тема: Синхронность в выполнении движений.

Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений на середине зала стоя. Дать понятие «синхронности» в движении. Синхронное движение по парам, в шеренге. Разучивание комплекса движений в продвижении вперед. Работа над синхронностью выполнения комплекса движений.

Занятие №33

Тема: Простые упражнения на развитие координации движений.

Проверка быстроты и точности воспроизведения движений на развитие координации. Разучивание простых упражнений, постепенно включающих все части тела.

Занятие №34

Тема: Импровизация в форме игры.

Игра «Зеркало». Объяснить условия игры. Дать понятие «импровизации». Каждый учащийся пробует импровизировать. Слушая

разные музыкальные фрагменты (по характеру) воспитанники выражают свои ощущения и эмоции в движениях.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 класс

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	В т.ч. теорет. занятия	В т.ч. практич. занятия
1	Тренаж физического аппарата. Общеразвивающие упражнения	4	1	3
2	Разучивание комплекса тренировочных упражнений сидя, лежа на полу, стоя на середине зала	2	-	2
3	Разучивание комплекса упражнений у станка. Demi plie по I, II, III, V позициям	2	1	1
4	Тренировочный кросс: упражнения на ощущение пространства	4	-	4
5	Простые упражнения на развитие координации движений	2	-	2
6	Понятие «баланс». Упражнения на развитие равновесия	4	-	4
7	Отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса	2	-	2
8	Урок-дефиле. Техника выполнения шага	4	-	4
9	Тренировочный кросс: ходьба, бег, прыжки, махи	2	-	2
10	Комплекс упражнений у станка: Battement tendu по I, III позиции – в сторону, вперед. Сочетания с demi plie.	2	-	2
11	Комплекс упражнений у станка. Разучивание элементов латиноамериканских танцев	2	-	2
12	Ходьба шеренгой в колонне по	2	-	2

	одному по 2 (в парах), синхронное выполнение позировок			
13	Ощущение пространства: ходьба по диагонали, «змейкой», «спиралью»	2	-	2
14	Контрольный урок. Игра «Зеркало»	2	-	2
15	Движение рук: вращение кистей, волнообразные движения	2	-	2
16	Ориентировка на сценической площадке. Синхронность в выполнении шага и позировки	4	-	4
17	Понятие «движения». Выработка умения соблюдать дистанцию	2	-	2
18	Тренировочный кросс: шаги, различные их сочетания	4	-	4
19	Комплекс упражнений у станка. Понятие Releve	2	-	2
20	Понятие «центр». Упражнения, включающие понятие «центр»	2	-	2
21	Танцевальные шаги: шаг полонеза, вальсовый шаг	2	-	2
22	Упражнения у станка: battements tendus jetes по I позиции в сторону, вперед, назад	2	-	2
23	Шаги в сочетании с поворотами и полуповоротами	4	-	4
24	Прыжки в I-III позициях ног с переходом из одной позиции в другую	2	-	2
25	Урок творческого самовыражения	2	-	2
	ИТОГО:	68	2	66

Содержание тем и разделов

Занятие №1,2

Тема: Тренаж физического аппарата. Общеразвивающие упражнения.

Знакомство с новым комплексом общеразвивающих упражнений. Выполнение упражнений на середине зала стоя. Комплекс упражнений выполняется с учетом постепенного нарастания амплитуды движений. Кроме общеразвивающих упражнений в комплекс выходят прыжки и упражнения на дыхание.

Занятие №3

Тема: Комплекс тренировочных упражнений сидя, лежа на полу, стоя на середине зала.

Продолжается знакомство с комплексом общеразвивающих упражнений. Комплекс начинается с медленных упражнений в положении сидя начинающихся с движений головы, и заканчивающихся стопами ног. Затем выполняются упражнения лежа, а после стоя.

Занятие №4

Тема: Разучивание комплекса упражнений у станка: Demi plie по I, II, III, V позициям.

Знакомство с комплексом упражнений у станка.

Теоретическая часть: Объяснить значение упражнений у станка. Познакомить со спецификой упражнений у станка (положением корпуса, головы, рук, ног во время выполнения движений). Объяснить технику выполнения Demi plie в разных позициях.

Практическая часть: Выполнение упражнений Demi plie в I, II, III, V позициях в медленном темпе. Коррекция ошибок, неточностей в процессе выполнения.

Занятие №5,6

Тема: Тренировочный кросс: упражнения на ощущения пространства.

Выполнение различных упражнений в продвижении вперед: ходьба, бег, прыжки, махи ног. Добиваться легкости в движениях, развивать умение свободно двигаться, владеть своим телом во время движения.

Занятие №7

Тема: Простые упражнения на развитие координации движений.

Выполнение движений постепенно включающих все части тела: руки, голову, корпус, ноги, бедра. Игра «Лидер» (один из учащихся (лидер) показывает – остальные повторяют; каждый желающий себя пробует самореализовать в роли лидера).

Занятие №8,9

Тема: Понятие «баланс». Упражнения на развитие равновесия.

Дать понятие «баланс». Разучивание простых упражнений на развитие равновесия. Развивать умения удерживать внутреннее равновесие, всего тела, балансировать на одной ноге.

Занятие №10

Тема: Отработка позиций и положений рук, ног, корпуса, головы.

Выполнение упражнений отдельно для постановки рук, ног, корпуса, головы, а также упражнений, требующих одновременного соблюдения позиций ног и рук и их соответствия.

Занятие №12,13

Тема: Урок-дефиле. Техника выполнения шага.

Проверка техники выполнения шага. Ходьба в медленном, умеренном, быстром темпе. Знакомство со структурой дефиле. Развитие умения свободно, легко передвигаться, соблюдая дистанцию, умения демонстрировать разные элементы одежды.

Занятие №14,15

Тема: Тренировочный кросс: ходьба, бег, прыжки, шаги.

Отработка техники выполнения движений. Особое внимание следует обратить на положение рук, головы, спины, ног в процессе движения.

Занятие №16,17

Тема: Комплекс упражнений у станка: battements tendus по I, III позиции – в сторону, вперед. Сочетание с demi plie. Разучивание элементов латиноамериканских танцев.

Знакомство с новым элементом классического танца - battements tendus. Выполнение упражнения в сочетании с demi plie. Следить за выворотностью стопы, вытягиванием носочка, колена, за правильным положением рук и головы.

Разучивание элементов латиноамериканских танцев (самба, ча-ча-ча), способствующих развитию подвижности бедер. Расширять двигательный «кругозор», способность к зрительному восприятию.

Занятие №18

Тема: Ходьба шеренгой, в колонне по одному, по 2 (в парах). Синхронное выполнение позировок.

Учить перестроению из колонны по одному в колонны по 2. Выбатывать навык движения в шеренге, умение чувствовать рядом идущих, умение двигаться в паре. На занятии предусмотрена творческая работа в парах.

Занятие №19

Тема: Ощущение пространства. Ходьба по диагонали, «змейкой», «спиралью».

Выработка умения соблюдать определенный рисунок, дистанцию, легко и свободно владеть своим телом, выполнять движения в различных темпах.

Занятие №20

Тема: Контрольный урок. Игра «Зеркало».

Выбатывать синхронность в выполнении движений, творческое воображение, фантазию, дать возможность самовыразиться. Игра представляет собой конкурс на лучшего учащегося в точности выполняющего движения и позировки водящего.

Занятие №21

Тема: Движение рук: вращение кистей, волнообразные движения, кукольные движения.

Упражнения для рук. Правильная постановка рук, кистей, пальцев рук. Переводы рук из позиции в позицию. Упражнения, развивающие подвижность кистей рук.

Занятие №22

Тема: Ходьба скользящим шагом. Повороты, полуповороты.

Объяснить технологию выполнения скользящего шага, последовательность:

- куда наступаем (как переносим вес);
- как ставим ногу (как работает стопа);
- что делает колено;
- как работают бедра;
- что делает корпус;
- где находятся руки;
- что делает голова.

Сочетания шага с поворотами и полуповоротами.

Занятие №23

Тема: Ориентировка на сценической площадке.

Вырабатывать умение ориентироваться на незнакомой площадке. Предварительный осмотр площадки и его значение. Движение по площадке по одному и группой, в колонне, по парам, шеренгой.

Занятие №24

Тема: Понятие «дистанция». Умение соблюдать дистанцию.

Дать понятие «дистанция». Выяснить какой должна быть дистанция в «дефиле» (дистанция с рядом стоящими в шеренге, дистанция перед идущим впереди, дистанция между идущими в паре и т.д.)

Занятие №25,26

Тема: Тренировочный комплекс. Шаги, различные их сочетания.

Выполнение комплекса тренировочных общеразвивающих упражнений. Включение в комплекс прыжков по I, II, III позициям и танцевальных прыжков. Научить чередовать различные виды шагов (скользящий, бытовой, с носочка и т.д.).

Занятие №27

Тема: Комплекс упражнений у станка.

Выполнение комплекса упражнений у станка (demi plie, battement tendu, растяжка, общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие гибкости). Коррекция ошибок при выполнении упражнений. Понятие «Releve», техника выполнения.

Занятие №28

Тема: Понятие «центр». Упражнения, включающие понятие «центр».

Дать понятие «центр» в выполнении упражнений. Выполнение специальных упражнений, включающих понятие «центр» на середине зала стоя у станка.

Занятие №29

Тема: Танцевальные шаги: шаг полонеза, вальсовый шаг, шаг менуэта.

Знакомство с различными видами танцевальных шагов. Выполнение шагов вперед, назад, в сторону, с разными положениями рук.

Занятие №30

Тема: Упражнения у станка: battements tendus jetes по I позиции в сторону, вперед, назад.

Выполнение комплекса упражнений у станка. Знакомство с новым элементом классического танца battements tendus jetes. Техника выполнения нового упражнения по I позиции в сторону, вперед, назад.

Занятие №31,32

Тема: Шаги в сочетании с поворотами и полуповоротами.

Дать понятие «поворот» и «полуповорот». Выполнение упражнений с поворотами полуповоротами. Техника выполнения поворота. Выполнение шагов с поворотами и полуповоротами.

Занятие №33

Тема: Прыжки в I-III позициях ног с переходом из одной позиции в другую.

Объяснить технологию выполнения прыжков. Выполнение прыжков в I-III позициях ног в разном темпе. Учить работать стопой, держать в соответствующей позиции руки, держать спину.

Занятие №34

Тема: Творческое самовыражение.

Звучат разные музыкальные фрагменты. Во время их звучания учащиеся закрывают глаза и начинают двигаться так, как «подсказывает» музыка (в зависимости от ее характера).

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

По окончании обучения обучающийся должен **знать:**

- основные правила поведения на занятиях и выступлениях;
- ритмические упражнения и последовательность выполнения портерной гимнастики
- основные элементы классического танца.

По окончании обучения обучающийся должен **уметь:**

- ориентироваться в пространстве танцкласса и сцены;
- ритмично и скоординировано двигаться под музыку;
- выполнять упражнения, хореографические элементы, предусмотренные программой;
- эмоционально и выразительно исполнять этюды и танцы как в классе так и на сцене.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Контроль знаний, умений и навыков, обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

В качестве средств текущего контроля успеваемости используются следующие виды отчетности:

текущая оценка, выставляемая на индивидуальных занятиях в течение I, II, III, IV четвертей; оценка, выставляемая на итоговых просмотрах в конце каждого полугодия.

В конце каждого полугодия проходит итоговая аттестация учащихся в форме «Дефиле-показа», на котором оцениваются:

- техника исполнения;
- осанка;

Текущий контроль знаний учащихся осуществляется педагогом практически на всех занятиях. В качестве средств текущего контроля успеваемости, учащихся программой предусмотрено введение оценки за практическую работу на уроке.

Система оценивания учащихся – пятибалльная.

Критерии оценок.

Оценивание работ осуществляется по двум направлениям: практическая работа и теоретическая грамотность. Важным критерием оценки служит качество исполнения, внешний вид, творческий подход, соответствие и раскрытие темы задания. Это обеспечивает стимул к творческой деятельности и объективную самооценку учащихся.

«5» (**отлично**) ставится, если ученик выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности, сделал всё самостоятельно, качественно, проявил организационно - трудовые умения.

«4» (**хорошо**) ставится, если в работе есть незначительные промахи (неровные строчки, плохо проутюжено), есть небрежность.

«3» (**удовлетворительно**) ставится, если работа выполнена под неуклонным руководством преподавателя, самостоятельность обучающегося практически отсутствует, ученик неряшлив и безынициативен.

V. Перечень учебно-методического обеспечения

1. Ноутбук.
2. Колонка.
3. Видео-презентации.
4. Музыкальный материал.
5. Программы (методическое обеспечение)
6. Специализированный класс хореографии (станки, зеркала, деревянный пол).
7. Раздевалка для занятий.

VI. Список учебно-методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
3. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2013
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Ленинград.- Искусство.- 1985
5. Идом Х., Кэтрэк Н. Хочу танцевать.- Москва.- Махаон.- 1998
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2010
7. Кудрявцева В. Приглашаем танцевать.- Москва.- Советский композитор.- 1989
8. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
9. Лифиц И.В. Ритмика: Учеб. пособие для студентов сред. и высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 224 стр.
10. Программы. Ритмика и балльные танцы для начальной и средней школы. М.: Просвещение, 1997. Автор – Е.И. Мошкова.
- 11.. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. С-Пб., 1997. – 128 стр.
12. Зарецкая Н.В., Роот Э.Я. Танцы в детском саду. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 112 стр.
13. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. С-Пб.: Издательство «Речь», 2012. – 192 стр.