


Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
Педагогического совета
От «31» августа 2020г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МАУ ДО ЦДТ № 20/09
Мушкетер В.А. Ульяшова
«31» 08 2020г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Первые шаги в классическом танце»

Возраст обучающихся: 6-9 лет
Срок реализации: 1 год
Уровень: стартовый

Составитель:
Эльяшевич Наталья Валериевна
Педагог дополнительного образования

г.Родники 2020г.

Паспорт программы

Название программы	«Первые шаги в классическом танце»
Название объединения	Классический танец
Название коллектива	Классический танец
Направленность	Художественная
Уровень	Ознакомительный
Цель программы	Обучение детей основам классического танца, развитие способности самовыражения языком танца.
Предмет обучения	Классический танец
Автор-составитель	Эльяшевич Наталья Валериевна
Вид программы	Модифицированная
Срок обучения	1 год
Период обучения	01.10.2020г. по 31.05.2021г.
Кол-во учебных недель	36 недель
Возраст обучающихся	6-9 лет
Форма обучения	Групповая
Режим занятий	4 часа в неделю
Форма аттестации	Итоговое занятие
Количество детей в группе	12-15

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

2. Содержание программы

2.1. Учебно-тематический план

2.2. Содержание учебного (тематического) плана

3.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Материально-техническое обеспечение программы

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

4.3. Список литературы

5. Приложение

1. Пояснительная записка.

Данная программа разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008;
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1756-р);
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015г. №м729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологическое требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей»4
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки России № 09-3242 от 18.11.2015г.;
- Методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической

реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей – инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016г. № ВК-614/09 «О направлении методических рекомендаций»);

- Инструктивного письма ОГАУ ДПО «Институт развития образования Ивановской области» «О применении методических рекомендаций Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), утвержденных 18.11.2015г.
- Устава МАОУ ДО «Центр детского творчества».

Современные дети много времени проводят за компьютером или перед телевизором - для них это одно из основных средств познания мира. Информация, которую ребенок получает из этих источников, обычно предлагается в готовом, легком для восприятия виде. Поэтому сегодня у детей заметно сокращаются возможности для эмоционального восприятия окружающего мира, снижаются способности к анализу получаемой информации, развивается привычка к пассивному ее усвоению. При этом виртуальная реальность, окружающая ребенка, не только существенно отличается от настоящей действительности, но и нередко носит агрессивный и опасный для детской психики характер. В результате, «компьютерно грамотный» ребенок очень часто оказывается неразвитой в культурном отношении, «эмоционально глухой» и творчески пассивной личностью.

В свете сказанного, данная программа представляется нам весьма актуальной и необходимой. Ее создание как раз обусловлено потребностью компенсировать недостаток эмоциональной, творчески активной и продуктивной деятельности у наших детей.

В основу данной программы лег следующий методический материал:

Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. - М.: Театралис, 2004.

Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. - СПб.: Изд-во «Лань», 2006.

Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: ТОО «Респект»; ТОО «Фирма Люкси», 1996.

Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Изд-во «Рольф», 2000.

Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб.: Изд-во «Лань», 2001.

Васильева Т.И. Балетная осанка. Методическое пособие для преподавателей хореографических училищ, детских хореографических школ и школ искусств. - М.: Высшая школа изящных искусств, 1993.

Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. Правила приема детей в балетные школы и методика обучения классическому танцу. - М.: Изд-во «ГИТИС», 1994.

Васильева Т.И. Секрет танца. - СПб.: ТОО «Диамант»; ООО «Золотой век», 1997.

Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Актуальность. Прослушивание танцевальной музыки прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром, решая при этом задачу художественно-эстетического и культурного развития.

Основой данной программы является приобщение ребенка к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и «географией» танца. Очень важно привить ребенку необходимые двигательные навыки, умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Способность согласовать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог. При этом также решается задача общего укрепления и физического развития ребенка.

Следует отметить, что обучающиеся живо воспринимают, свободно общаются и тонко чувствуют предлагаемый программный материал, способны легко и быстро его усваивать.

Педагогическая целесообразность программы.

Обучаясь по данной программе, каждый ребёнок имеет возможность раскрыть свой собственный творческий, физический, интеллектуальный потенциал. Прежде чем начать изучение конкретных танцевальных форм, очень важно «увидеть тот мир», с которым ребенок пришёл в коллектив, раскрыть его с помощью богатств образов, выраженных в детском рисунке, импровизации под любимую музыку, воплощении фантазий в конкретных движениях, и, наконец, первых шагов к самостоятельному творчеству.

Отличительной особенностью программы является то, что танцевальный репертуар и физическая нагрузка спланированы с учётом специфики возраста интересов и физического развития обучающихся. В ходе обучения по данной программе дети научатся танцевать несложные танцевальные композиции, что позволит удовлетворить их естественную потребность в движении, стремлении к прекрасному.

Новизна программы заключается в том, что она позволяет решать задачи начального танцевального обучения с учётом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. В основе программы лежит комплексный подход к обучению танцам. Он заключается в гармоничном сочетании основ хореографии, музыки и пластики.

Дети, занимающиеся хореографией по данной образовательной программе «Первые шаги в классическом танце», изучают основы классического танца.

По мнению А.А. Усовой «Есть что-то удивительное в том, как соединяются между собой развивающие ребёнка начала – игра, язык и песня. С полным основанием можно сказать, что детская песня рождается в играх. Практика детских игр является, как бы первоначальной школой музыкальной культуры детей...».

В этих образных словах подчёркивается мудрость педагогики, которая умело использовала и передавала ребёнку всё лучшее, что есть в её опыте.

Танцевальные занятия развивают личность ребёнка, его эмоциональную, музыкально-эстетическую, волевою и познавательную сферы.

Различные музыкальные произведения вызывают у детей *эмоциональные* переживания, рождают определённое настроение, под влиянием которых и движения приобретают соответствующий характер. Например, торжественное звучание праздничного марша радует, бодрит. Это выражается в подтянутой осанке, точных, подчёркнутых движениях рук и ног. Напротив, спокойный плавный характер *adagio* позволяет сделать движения более мягкими, округлыми.

Движение под музыкальное сопровождение помогает детям полнее воспринимать музыкальное произведение, которое в свою очередь, придаёт движению особую выразительность, развивая навыки выразительного движения. В этом взаимодействии музыка занимает ведущее положение, движения же становятся своеобразным средством выражения художественных образов. Так в условиях интересной увлекательной танцевальной деятельности совершается музыкально-эстетическое развитие ребёнка.

Познавательные способности развиваются в силу того, что дети многое узнают благодаря разнообразной тематике музыкальных игр и танцев, ознакомлению с художественными движениями. Однако познавательные процессы во время занятий активизируются в том случае, если ребёнок может сосредоточиться на особенностях музыкальных средств выразительности. Речь идёт о слуховом внимании, его устойчивости.

Музыкально-ритмические движения можно рассматривать как волевые проявления, так как ребёнок постоянно действует, сознательно выполняя поставленные перед ним задачи. Постоянно возникающая ситуация – необходимость действовать под музыку – развивает волевые качества.

Успех работы автора программы решается не количеством пройденных упражнений, игр, танцев, а умением детей переживать их содержание – чувствовать музыкальный образ.

Цель программы – обучение детей основам классического танца, развитие способности самовыражения языком танца.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомить с историей и «географией» танцевального искусства;
- научить чувствовать музыкальный ритм и стиль, согласовывать движения тела с музыкой;
- научить импровизации под классическую музыку.

Развивающие:

- способствовать развитию общего физического состояния организма;
- развивать координацию движений;
- формировать художественный вкус;
- сформировать навыки культурного общения.

Воспитательные:

- воспитывать волевые качества для выступления на сцене;
- формировать адекватную самооценку;
- воспитывать дисциплинированность, ответственность.

2. Содержание программы

2.1. Учебно-тематический план

(4 академических часа в неделю, 144 часа в год)

№	Разделы программы	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	1	2
2	Партерная гимнастика	18	62	80
3	Основы классического танца	8	28	36
4	Подготовка репертуара	10	10	20
5	Концертная деятельность	-	4	4
6	Итоговое занятие	1	1	2
	Итого	28	116	144

2.2. Содержание учебно-тематического плана.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Собеседование с детьми. Инструктаж по технике безопасности.

Практическая часть: Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «Знакомство».

Тема 2. Партерная гимнастика

Теория: Объяснение понятий «мышечный корсет», «верхний плечевой пояс», «разные отделы позвоночника», «части стопы». Навыки умения чувствовать свое тело.

Практика:

- Понятия «вытянутый подъем», «вытянутые пальцы», «вытянутые колени»
- Вытягивание и сокращение стоп в положении сидя
- Напряжение и расслабление мышц в положении лежа на спине
- Упражнения на выворотность ног – разворачивание ног в I позицию из VI лежа на спине
- Упражнения на гибкость – «чемоданчик» в паре
- Растяжка ноги вперед, держась за пятку
- Растяжка ноги в сторону, держась за пятку
- Наклоны вперед и в сторону в полушпагате
- «Лягушка» в положении на спине
- «Лягушка» в положении на животе
- Наклоны вперед в положении «Лягушка»

Тема 3. Основы классического танца

Теория: Постановка корпуса в классическом танце. Начальные упражнения у станка.

Практика:

- Ориентирование в танцевальном зале
- Танцевальные шаги (шаги на выворотную пятку, Pas souli)
- Постановка корпуса
- Постановка рук, ног, головы
- Позиции ног – I, II, III
- Позиции ног – IV, V
- Позиции рук – 1-ая, 2-ая, 3-я, подготовительное положение
- Demi - plies в I, II и III позициях
- Demi - plies в V и IV позициях
- Grand plies в I, II позициях
- Grand plies в V, IV позициях

Тема 4. Подготовка репертуара.

Теория: Драматургия танца. Идея, задача, сюжетная линия танца. Музыкальный материал.

Практика: Постановка и отработка техники исполнения элементов танцев для выступлений. Выполнение элементов танцев: «Зимний вальс», «Цветочная фантазия».

Тема 5. Концертная деятельность.

Практика: участие в мероприятиях ЦДТ.

Тема 6. Итоговое занятие. Подведение итогов обучения за год.

Практика: выполнение программных элементов.

Ожидаемые результаты и способы определения результативности.

По окончании первого года обучения каждый обучающийся будет:

знать:

- критерии хорошего исполнения танца и упражнений;
- какие характеры музыки существуют;

уметь:

- владеть навыками актерской выразительности;
- распознавать характер музыки;
- исполнять гимнастические упражнения на полу;
- владеть техникой исполнения более сложных элементов классического танца в объёме программы первого года;
- исполнить движение на мелодию с затактом;
- развивать силу и выносливость путём повторения пройденных движений в увеличенном количестве и в более быстром темпе;
- применять принципы работы головы во вращении (умение держать точку).

иметь представление:

- о здоровом образе жизни;
- в взаимоотношениях в коллективе;
- о творческом самовыражении;
- о культуре поведения

Результатом первого года обучения является освоение обучающимися основных элементов классического танца и гимнастических упражнений на полу, а также вращения, затактного движения и выработки их в более подвижном движении (в базовых упражнениях).

3.Форма аттестации и оценочные материалы.

Система оценивания предметных результатов

Этапы и способы выявления результатов обучения по программе:

Механизм и способы оценки полученных результатов по программе

В начале обучения по программе проводится тестирование, с целью выявления первичного уровня танцевальных способностей детей.

Данная процедура отбора необходима для того, чтобы выявить уровень готовности ребенка к обучению классическому танцу. Также это необходимо, чтобы он мог безболезненно обучаться по данной программе.

Уровни готовности к обучению по образовательной программе.

Высокий уровень - это владение

- хореографическими навыками,
- пластическими данными,
- хореографической лексикой,
- артистическими навыками.

Достаточный уровень – любой ребенок, желающий заниматься в коллективе, но не имеющий упомянутых выше знаний и навыков.

Уровень усвоения образовательной программы каждым ребенком **по следующим критериям:**

- 1. Координация движений**
- 2. Эмоциональное восприятие**
- 3. Техника исполнения танцевальных элементов**
- 4. Теоретические знания**

1. Координация движений.

Высокий уровень оценки – обучающийся хорошо знает и применяет все виды техник в классическом танце, справляется со сложными комбинированно-координационными упражнениями.

Средний уровень оценки – у обучающегося не всегда присутствует точность движений в сложных комбинациях и слиянии различных видов техник.

Достаточный уровень оценки – обучающийся не может согласовывать движения различных частей тела в усложненных комбинированных упражнениях и справляется не со всеми движениями классического танца.

2. Эмоциональное восприятие.

Высокий уровень оценки – обучающийся отзывчив, музыкален, ярко выражены театрально-сценические способности.

Средний уровень оценки – обучающийся не так ярко отзывчив в самовыражении и раскрепощении в сценическом образе.

Достаточный уровень оценки – обучающийся не эмоционален, скован в выражении своих движений и чувств

3. Техника исполнения танцевальных элементов.

Высокий уровень оценки – обучающийся отлично выполняет самые сложные танцевальные элементы в продолжительной связке, с большой выносливостью.

Средний уровень оценки – обучающийся хорошо выполняет танцевальные элементы, но недостаточно вынослив и грамотен в исполнении.

Достаточный уровень оценки – у обучающегося не всегда хватает выносливости выполнить технически правильно танцевальные силовые элементы

4. Теоретические знания.

Высокий уровень оценки – обучающийся хорошо знает все виды движений, их названия и примеры исполнений.

Средний уровень оценки – обучающийся хорошо знает названия всех танцевальных движений, но не всегда может правильно продемонстрировать.

Достаточный уровень оценки – обучающийся не знает названий и способов показа танцевальных движений.

Для выявления уровня обученности ребенка по данной программе необходимо суммировать баллы по каждому критерию и установить уровень усвоения программы
Достаточный уровень – от 5 до 6 баллов,
Средний уровень – от 7 до 8,
Высокий уровень – от 9 до 10.

Высокий 9-10 баллов

Высокий уровень можно поставить если ученик: полностью освоил объём программы, умеет точно выполнить все пройденные движения, безукоризненно относится к повседневной работе, все замечания и указания педагога выполняет точно, сам задаёт иногда вопросы (с разрешения педагога), обладает природными физическими данными (выворотность в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах, растяжка, прыжок) , хорошо развитым вниманием, отличной музыкальной и хореографической памятью, врождённым чувством ритма.

Средний 7 – 8 баллов

Средний уровень: когда ученик в полной мере освоил весь объём знаний, может выполнить все пройденные движения, изредка нарушая некоторые детали техники исполнения, не всегда бывает ритмичен и музыкален, не обладает природными физическими данными, на занятиях бывает не внимателен, не всегда исправляет замечания педагога

Достаточный 5-6 баллов

При достаточном уровне: ученик удовлетворительно знает материал, не всегда правильно распределяет свои силы, допускает ошибки, иногда грубые. Замечания учителя не всегда усваивает, обладает средней хореографической памятью и удовлетворительным чувством ритма, часто нарушает основы техники исполнения, плохо воспринимает характер музыки.

В конечном итоге, по окончании обучения по данной образовательной программе, ребенок должен ощущать себя членом творческого оригинального высококвалифицированного хореографического коллектива.

После каждого этапа тестирования индивидуальные результаты ребенка фиксируются.

Таким образом, можно выделить следующие **способы выявления результативности** обучения по программе на всех модулях обучения:

- Тестирование (с целью выявления первичного уровня готовности к обучению по программе),
- Аттестация,
- Наблюдение,
- Итоговое открытое занятие,
- Участие и победы в конкурсах различного уровня.

Благодаря занятиям по данной программе, ребенок должен научиться двигаться и исполнять классические танцы. Уметь импровизировать под любую музыку. Программа дает возможность ребенку достичь большего мышечного раскрепощения и овладеть развитым художественным вкусом, в итоге - приобрести позитивную самооценку.

Способы оценивания.

Отчеты хореографических групп проходят в виде показательных и открытых занятий, концертных выступлений, конкурсов различных уровней. В течение учебного года проходит несколько выступлений. Это объясняется тем, что коллектив занимается на базе Центра детского творчества и участвует во всех его воспитательных мероприятиях.

Общественно-значимые результаты: В процессе обучения создается творческое содружество детей с преемственностью его участников; повышается престиж хореографического коллектива у родителей, общественности, специалистов; достигаются презентабельные результаты деятельности обучающихся в окружных, городских, всероссийских, международных фестивалях и конкурсах.

Личностные результаты: В результате обучения по данной программе, обучающиеся овладевают практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в области хореографического искусства в объеме данной программы; могут самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты отслеживаются в процессе концертных выступлений и зачётных занятий при подведении итогов обучения).

У обучающихся формируется определенная нравственная культура, вырабатывается социальная адаптация, помогающая им преодолевать сложные

жизненные ситуации; формируется желание и умение самостоятельного образовательного творческого и духовного развития; формируется готовность к обучению в вузах и училищах хореографической направленности; укрепляется здоровье и физическая выносливость.

Реализация этой программы возможна на основе следующих **принципов**:

- целенаправленность образовательного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность развития природных данных учащихся;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами танца;
- доступность учебного материала;
- учет возрастных физических и технических возможностей детей;
- результативность обучения;
- индивидуальный подход в обучении;
- учет специфических особенностей национальной культуры;
- комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

Способы проверки – выступления в различных концертных программах в Центра детского творчества; на конкурсах, фестивалях окружного, городского, всероссийского и международного уровня.

Формы подведения итогов реализации программы

Формами подведения итогов реализации программы являются теоретический зачет по пройденному материалу и открытый итоговый показ.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Организационная работа хореографических групп строится с учётом целей и задач всего коллектива, а также с учётом содержания и формы работы в каждой группе. В организационную работу включаем и беседы с воспитанниками, а так же с родителями о форме одежды для занятий, о целях и задачах хореографического коллектива, о предстоящих выступлениях и открытых занятиях, о предстоящих поездках, а также о посещении театров и концертов.

4.1. Материально-техническое обеспечение.

Необходимыми условиями для проведения занятий являются:

- хореографический зал, оборудованный зеркалами, станками;
- в хореографическом классе должно быть хорошее освещение и вентиляция;
- обязательно наличие аудио и видео аппаратуры;
- специальная форма для занятий, специальная обувь;

- коврики, скакалки, гимнастические мячи и палки.

4.2. Методическое обеспечение.

Хореографическое образование требует от обучающихся максимального развития танцевального ритма и музыкальности. Уметь активно слушать музыку, грамотно разбираться в главных средствах музыкальной выразительности, быть предельно ритмичными и выявлять свои музыкальные впечатления в осмысленных движениях и действиях, доступных детскому возрасту – такие навыки и знания необходимы для гармоничного развития и воспитания ребёнка.

Первостепенное значение в деле эстетического воспитания ребёнка имеет музыка, которую слышат обучающиеся на занятии и в постановочной практике. Она должна быть доступной и художественной. На каждом году обучения даётся материал по основным двум разделам: партерная гимнастика (1 часть) и основы классического танца (2 часть). Хотя программа разделена на две части, но в связи со спецификой занятий в хореографических группах коллектива границы их сглаживаются – обычно на одном занятии изучаются музыкально-ритмические элементы, а также вводятся элементы балетной гимнастики, общей физической подготовки (для мальчиков) и актёрского мастерства. Педагог строит свою работу таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы всего коллектива.

Важным этапом обучения является развитие творческой активности обучающихся. Умение импровизировать на свободную тему, а также на темы классических танцев.

4.3. Список рекомендуемой литературы для педагогов:

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. - СПб.: Изд-во «Лань», 2006.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: ТОО «Респект»; ТОО «Фирма Люкси», 1996.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Изд-во «Рольф», 2000.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб.: Изд-во «Лань», 2001.
5. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. Правила приема детей в балетные школы и методика обучения классическому танцу. - М.: Изд-во «ГИТИС», 1994.
6. Васильева Т.И. Секрет танца. - СПб.: ТОО «Диамант»; ООО «Золотой век», 1997.
7. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. - М.: Театралис, 2004.
8. Соковикова Н.В. Введение в психологию балета. - Новосибирск: Сова, 2006.

Список рекомендуемой литературы для детей и родителей:

1. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. - М.: Театралис, 2004.
2. Вихрева Н.А. Запись танца. Элементарные основы записи движений по системе Рудольфа Лабана. - М.: Голос-пресс, 2007.
3. Вихрева Н.А. Московская школа классического балета на рубеже XX-XXI веков. - М.: МГАХ, 2007.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. - СПб.: Планета музыки, 2011
5. Маринелла Гваттерини Азбука балета. - М.: АО «Бертельсманн Медиа Москау», 2001.
6. Прибылов Г.Н. Словарь-справочник терминологии классического танца. - М.: МГАХ, 2006.
7. Пуртова Т.В. Танец на любительской сцене. XX век: достижения и проблемы. - М.: ГРДНТ, 2006
8. Соковикова Н. В. Введение в психологию балета. - Новосибирск: Сова, 2006.
9. Тарасов Н. И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. - СПб.: Изд-во «Лань», 2005.

Приложение 1.

Календарный план

дополнительной общеразвивающей программы

«Первые шаги в классическом танце»

№	Тема занятия	Кол-во часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Тестирование
2.	Партерная гимнастика	80	18	62	Наблюдение
	Поклон.				
	Постановка корпуса				

Пространство зала				
Разминка на середине зала				
Упражнение «Лодочка»				
Упражнение «лодочка» с перекатом на животе				
Упражнение «лягушка»				
Перегибы в спине назад				
Упражнение «складочка»				
Махи лежа на боку в сторону				
Растяжка на выворотность				
Перегибы из стороны в сторону				
Упражнение «ножницы»				
Упражнение «колобок»				
Разножка лежа на спине				
Упражнение «велосипед»				
Упражнение «рыбка»				
Упражнение «ласточка»				
Releve на полупальцах				
Работа над стопами				
Упражнение «обезьянка»				
Махи на животе назад				
Упражнение «ножницы» на животе				
Растяжка поперечного шпагата				
Упражнение «бабочка»				

	Упражнения для укрепления нижнего и верхнего пресса				
	Упражнение «Змейка» для развития заднего шага				
	Различные наклоны в положении ноги в стороны				
	Grand plies из I позиции лежа на спине и на животе				
	Упражнение «Солнышко» для растяжки поперечного шпагата				
	«Махалочка» двумя ногами одновременно, лежа на животе и на спине				
	«Колечко» на голову				
	«Лягушка» с подниманием пяток				
	Прямой шпагат – растяжка с правой и левой ноги				
	Упражнение для развития нижней выворотности «Котятка в корзинке»				
	Разработка заднего шага в парах				
	Grand plies из I позиции лежа на спине и на животе				
	Поднимание и опускание ноги лежа на животе и на спине (sur le cou-de-pied – passé – sur le cou-de-pied)				
3.	Основы классического танца	36	8	28	Наблюдение
	Позиции ног-1,2,4,5.				
	Позиции рук				
	Подготовительное положение в руках				
	1 позиция в руках				

	2 позиция в руках				
	3 позиция в руках				
	Понятие «точка»				
	Поворот головы с точкой				
	Demi-plies в I, II, IV, V позициях				
	Battements tendus по 1 позиции вперед				
	Battements tendus по 1 позиции в сторону				
	Battements tendus по 1 позиции назад				
	Battements tendus с V позиции				
	Battements tendus jetes по 1 позиции вперед				
	Battements tendus jetes по 1 позиции в сторону				
	Battements tendus jetes по 1 позиции назад				
	Первое Port de bras (изучение)				
	Изучение cote.(маленькие прыжки) по 6 позиции в ногах				
	Cote по 1,2,5 позициях в ногах				
	Второе Port de bras (изучение)				
4.	Подготовка репертуара	20	10	10	Наблюдение
	Ритмические комбинации для танца «Зимний вальс»				
	Ритмические комбинации (повторение)				
	Постановка. (Выход танца «Зимний вальс»).				
	Разучивание движений для танца «Зимний вальс» .				
	Учим танец «Зимний вальс»				

	Работа над ошибками и закрепление танца «Зимний вальс».				
	Идея, задача танца «Цветочная фантазия».				
	Выполнение элементов для танца «Цветочная фантазия».				
	Музыкальный материал танца «Цветочная фантазия».				
	Отработка танца «Цветочная фантазия».				
5.	Концертная деятельность	4	-	4	Наблюдение
	Выступление с выученными номерами на мероприятиях.				
	Итоговое занятие	2	1	1	Наблюдение