

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ СЕВЕРОДОНЕЦЬКОЇ МІСЬКОЇ ВІЙСЬКОВО-
ЦИВІЛЬНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ СЕВЕРОДОНЕЦЬКОГО РАЙОНУ
ЛУГАНСЬКОЇ ОБЛАСТІ
СЕВЕРОДОНЕЦЬКИЙ МІСЬКИЙ
ЦЕНТР ДИТЯЧОЇ ТА ЮНАЦЬКОЇ ТВОРЧОСТІ**

УЗГОДЖЕНО:

науково-методичною радою
Луганського обласного інституту
післядипломної педагогічної освіти

протокол від 28 серпня 2021 р. № 5

Голова  Ірина ЦИМБАЛ



ЗАТВЕРДЖЕНО:

наказ Управління освіти
Северодонецької міської
військово-цивільної адміністрації
Северодонецького району
Луганської області

від 10.09. 2021 р. № 270/1

 Лариса ВОЛЧЕНКО



**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА З ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ
ХУДОЖНЬО-ЕСТЕТИЧНОГО НАПРЯМУ «ХОРЕОГРАФІЯ»
(початковий, основний та вищий рівні)**

12 років навчання

м. Северодонецьк - 2021

Укладач:

Росадкіна С. – керівник гуртка «Хореографія» Сєвєродонецького міського Центру дитячої та юнацької творчості.

Рецензенти:

Калько І. – доцент кафедри управління освітою Луганського ОППО, канд. пед. наук;

Костиря А. – директор Сєвєродонецького міського Центру дитячої та юнацької творчості.

Програма складена на основі програм «Основи хореографії», «Класичний танець», «Народно-сценічний танець», «Сучасна хореографія», збірник «Навчальні програми з позашкільної освіти: художньо-естетичний напрям (хореографічний профіль)» (Авторський колектив Коган Ю.А., Бурдейна

О.В., Килівник О.В., Яковчук А.Ю., Шуміліна І.В.),

(Лист МОН України від 10.01.2019 №1/11-98),

збірник «Навчальні програми з позашкільної освіти: художньо-естетичний напрям» (Авторський колектив Акинъшина Т.В., Бідний В.В., Богусевич Н.О., Борсук Н.В., Василянська І.О., Вержбицька І.В., Войчук Н.В., Волкова О.О., Воробйова О.Г., Гасиліна Ю.В., Герчикова Є.З., Горбунова Ю.В., Загоняйко

С.О., Іваницька К.В., Куніцький В.В., Мельник В.П., Мосякова І.Ю., Нестерук М.Г., Овсієнко Т.В., Окушко Т.К., Опанасюк К.М., Петлицька Н.М., Полівода М.Є., Радченко М.В., Спанціреті Р.В., Степаненко С.Г., Степаненко С.М., Сук Л.Е., Толмачов Р.В., Ус Г.С., Чернікова Н.З., Шайкевич Ю.Г., Шумило Т.В.),

(Лист МОН України від 08.04.2016 р. № 1/11-4657)

Модифікована навчальна програма має на меті формування і розвитку хореографічних та творчих здібностей дітей та учнівської молоді засобами хореографії, формування ціннісних орієнтирів, потреби в творчій самореалізації, духовно-естетичному самовдосконаленні та професійному самовизначенні, збагачення їх емоційно-естетичного досвіду

Програма розрахована на вихованців віком від 5 до 18 років.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Хореографія є однією з доступних і перспективних форм естетичного виховання дітей, що забезпечує більш повний розвиток індивідуальних здібностей, сприяє естетичному розвитку вихованців, зростанню їх загальної культури.

Створення навчальної програми обумовлено необхідністю вдосконалення наявної практики хореографічної діяльності дітей і юного покоління засобами позашкільної освіти та розроблення сучасного програмно-методичного забезпечення для освітньої діяльності гуртків художньо-естетичного напрямку.

Актуальність навчальної програми «Хореографія» полягає в поєднанні хореографічного, циркового мистецтва та спорту (акробатики, гімнастики, загальної фізичної і спортивної підготовки) для збагачення емоційно-естетичного досвіду вихованців у хореографічній діяльності, досягнення максимально можливого рівня фізичної, естетичної, психологічної підготовки для здійснення різнопланової творчої діяльності.

Метою навчальної програми є формування компетентностей особистості у процесі опанування хореографії, розвиток хореографічних та творчих здібностей дітей та учнівської молоді засобами хореографії, формування ціннісних орієнтирів, потреби в творчій самореалізації, духовно-естетичному самовдосконаленні та професійному самовизначенні, збагачення їх емоційно-естетичного досвіду.

Основні завдання полягають у формуванні таких компетентностей: *пізнавальна* – ознайомлення з поняттями та знаннями хореографічного мистецтва;

практична – оволодіння навичками, методикою виконання вправ та основними елементами класичної, сучасної та народно-сценічної хореографії; *творча* – формування творчих здібностей вихованців у процесі оволодіння сучасним хореографічним мистецтвом, розвиток естетичних почуттів, смаків, емоційно-почуттєвої сфери;

соціальна – виховання дбайливого ставлення до надбань світової, вітчизняної культури, мистецтва, духовних та матеріальних цінностей, національної свідомості, самореалізації в соціумі засобами мистецтва, професійного самовизначення.

Навчальна програма «Хореографія» реалізується в гуртку художньо-естетичного напрямку хореографічного профілю, розрахована на вихованців віком від 5 років до 18 років.

Програмою передбачено навчання дітей у групах початкового, основного та вищого рівнів. Кількісний склад 10-15 осіб. Навчальна програма передбачає 12 років навчання.

1-й та 2-й рік - початковий рівень – 216 год. на рік, 6 год. на тиждень;

3-й-8-й рік - основний рівень – 288 год. на рік, 8 год. на тиждень;

9-й-12-й рік - вищий рівень – 324 год. на рік, 9 год. на тиждень.

Групи формуються залежно від віку, року навчання та попередньої підготовки дітей. Приймаються усі діти, які хочуть танцювати та не мають

протипоказань до фізичних навантажень.

Програма передбачає систематичне і послідовне навчання для всебічного розвитку, естетичного виховання та формування здорового способу життя дітей та молоді. Виконання програми здійснюється шляхом впровадження комплексного підходу до освітнього процесу і навчання в цілому, особистісною зорієнтованістю індивідуальної та групової роботи з вихованцями.

Зміст навчальної програми побудований на принципах: відповідності змісту навчального матеріалу віковим особливостям вихованців на всіх етапах навчання; структурної єдності, який забезпечує логічну єдність змісту знань, умінь та навичок вихованців; антропоцентризму; прогностичності, який передбачає врахування не тільки сутності можливих етапів, рівнів та обсягів здобутих учнями знань, умінь і навичок, а й мети та головних напрямів реалізації навчального змісту у викладанні навчального матеріалу.

У залежності від зазначених рівнів освітній процес полягає: у створенні у вихованців первинного уявлення про рухову дію, формуванні настанови на опанування її техніки; розвитку початкових вмінь та навичок рухової дії; становленні досконалого виконання рухової дії; стабілізації набутих навичок та їх виявленні; досягненні різнобічних варіативних навичок вихованців та їх творчій реалізації.

Навчання у групах початкового рівня від 5 років – це знайомство з основами хореографії через гру (використання незвичайних ігор, незвичайних предметів для пізнавання дитиною хореографії та спорту); розвиток фізичних, ритмічних та артистичних даних дитини; формування музичного та естетичного смаку. У ці групи приймають всіх бажаних та фізично здорових дітей. Діяльність цих груп спрямована на розвиток вихованців, виявлення їх здібностей та обдарувань, прищеплення інтересу до творчої діяльності; навчальною програмою передбачається загальний розвиток особистості, теоретичне та практичне оволодіння основами творчої діяльності, створення умов для адаптації вихованців до позашкільної життєдіяльності.

До початкового рівня включені: спортивно-хореографічні заняття, хореографічне мистецтво (хореографія); музичні ігри; пластика сучасних рухів. Упродовж 6 років навчання на основному рівня продовжується робота з розвитку інтересів вихованців до хореографії, акробатики, гімнастики; надання знань, практичних умінь та навичок. Навчальною програмою цього рівня передбачається створення умов для формування творчих здібностей вихованців, надання їм глибокої теоретичної та практичної підготовки.

До основного рівня включені: класичний танець, сучасний танець, акробатика, танцювальні етюди (номери), етика та естетика, сценічна майстерність.

Групи вищого рівня навчання складаються зі здібних і обдарованих вихованців, які створюють творчий колектив однодумців, що засвоїли програму основного рівня, якнайкраще розкрили свої здібності, стали

переможцями міських, регіональних, всеукраїнських, конкурсів, фестивалів.

Основна мета вищого рівня: вдосконалення віртуозної техніки виконання вивчених танцювальних рухів та акробатичних елементів; вдосконалення творчих здібностей та акторської майстерності; формування концертній та конкурсній діяльності колективу; відпрацьовування певного характеру виконання рухів; відображення життя в художніх образах танцю, виявлення характеру, думки й почуття сучасних дітей, їх ставлення до навколишнього світу, одне до одного; сприяння вихованню естетичних смаків учнів і вмінню цінувати прекрасне в мистецтві, в житті, у взаєминах між людьми.

Завдання вищого рівня: удосконалення хореографічної та артистичної майстерності; формування індивідуальної манери виконавця; формування професійного та соціального партнерства і доброзичливого психологічного клімату в колективі; залучення до активної участі у концертно-фестивальній діяльності колективу; професійна орієнтація вихованців.

До вищого рівня включені: класичний танець, сучасний танець, акробатика, етика та естетика, сценічна майстерність. Увесь спектр занять дозволяє надати необхідні знання, вміння та навички з класичної, сучасної хореографії.

З метою розвитку та підтримки обдарованих та талановитих вихованців, здобуття ними практичних навичок і для задоволення їхніх потреб у професійному самовизначенні може застосовуватися індивідуальне навчання. Кількісний склад груп, у яких проводиться індивідуальне навчання, становить від одного до п'яти учнів (згідно з наказом Міністерства освіти і науки України № 1123 (з132208) від 10.12.2008). Кількість годин на тиждень передбачена в наказі Міністерства освіти і науки України № 676 від 22.07.2008 «Про затвердження Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи освіти і науки України».

Для проведення відповідної роботи пропонується доповнити освітній процес ансамблевими заняттями.

Перевірка та оцінювання знань, умінь та навичок здійснюється під час поточного та підсумкового контролю у формі проведення концертних виступів, відкритих та підсумкових занять.

Теми та розподіл годин навчально-тематичного плану вказано орієнтовно. За необхідності, в установленому порядку, керівник гуртка може внести до зміни до кількості годин, у межах кожного змістового розділу. Враховуючи інтереси вихованців, їх кількість у групі, стан матеріально-технічного забезпечення керівник гуртка може змінювати кількість теоретичних і практичних занять (залежно від того, як швидко та якісно вихованці набувають практичних навичок), а також самостійно обирати один або кілька напрямів роботи основного та вищого рівнів, враховуючи обсяг часу передбаченого навчальними планами.

Початковий рівень, перший рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Ритміка	8	12	20
3.	Гімнастичні вправи	8	64	72
4.	Основи класичного танцю	8	48	56
5.	Танцювальні елементи	8	40	48
6.	Музичні ігри	-	8	8
7.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	8	8
8.	Підсумок	2	-	2
	Разом	36	180	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Мета, завдання і зміст роботи гуртка. Організаційні питання. Правила поведінки. Техніка безпеки. Значення хореографії в житті людини.

2. Ритміка (20 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з поняттями «лінія», «коло», «колона».

Практична частина. Різні види ходи: природні, побутові кроки, кроки на півпальцях, кроки на півприсяді. Різні види бігу. Перешикування: марширування з прямої лінії в колону по чотири.

3. Гімнастичні вправи (72 год.)

Теоретична частина. Поняття про спортивну розминку.

Практична частина. Вправа «сонечко». Повний присяд, руки вперед. Вправа «печатки». Вправи на підлозі. Робота стопою. Нахили вперед – «складка», «літак», «куточок». Ноги в сторони, руки в сторони, нахили до ніг (вправо, вліво, вперед), руки вверху. Лежачи на спині, таз притиснутий до підлоги, дві ноги прямі підняти вгору (кут 90 градусів). Вправа «змія».

4. Основи класичного танцю (56 год.)

Елементи класичного танцю (обличчям до опори)

Теоретична частина. Термінологія класичного танцю.

Практична частина. Вправи біля опори. Положення тулуба, голови.

Позиції ніг – I, II, III.

Позиції рук: підготовче положення, I, II, III.

Музичний розмір: 4/4, 4 такти. Demi plie по I, II позиції.

Battement tendu в сторону з I позиції. Releve по I позиції, з demi-plie.

5. Танцювальні елементи (48 год.)

Теоретична частина. Поняття про танцювальні елементи. Різновиди крокових рухів. Основні рухи з підскоками, галопу. Різні види бігу. Основні поняття виражальних засобів музики.

Практична частина. Співвідношення ритму музики і роботи з предметами. Приставні кроки вбік і вперед. Танцювальний крок з носка. Підскоки (поперемінно). Підскок з просуванням. Крок польки.

Галоп вправо, вліво. Бокові приставні кроки.

«Гусачок», «Жабка», присідання «м'ячик» (для хлопчиків).

«Полька» з III позиції (по колу та діагоналі в парах, з підскоками, з просуванням уперед, назад в парах).

Галоп з просуванням по прямій, по діагоналі, зі зміною ніг при поворотах. Галоп з руками та оплесками.

6. Музичні ігри (8 год.)

Практична частина. Проведення музичних ігор: «Квіточки». Лічилочка «Пташечки сидять».

7. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (8 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Зустрічі з митцями сцени.

8. Підсумок (2 год.)

Теоретична частина. Підведення підсумків роботи за рік. Рекомендації на період літніх канікул.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- назви виконуваних вправ та танцювальних елементів;
- різницю між правою, лівою ногою та рукою;
- танцювальні малюнки – «зірочка», «ланцюжок», «равлик», «змійка», маленькі та великі кола, квадрат, клин;
- позиції ніг: I, II, VI;
- позиції рук: підготовча, I, II;
- положення рук – підготовча, на поясі;
- поняття «шеренга», «колона», «інтервал»; коло; діагональ;
- поняття початку та кінця музичної фрази.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- розрізняти характер музики;
- виконувати танцювальні рухи зберігаючи рівну поставу;
- виконувати повороти вправо, вліво;
- виконувати перебудови на марші по чотири, по два, по одному;
- виконувати музично-ритмічні вправи;
- артистично виконувати танцювальні рухи.

Вихованці мають набути досвід:

- чіткого орієнтування на площині танцювальної зали;
- виконання різноманітного перелаштування на марші;
- сприймання виражальних засобів музики.

Початковий рівень, другий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Ритміка	4	14	18
3.	Гімнастичні та акробатичні вправи	8	64	72
4.	Основи класичного танцю	6	48	54
5.	Танцювальні елементи	8	44	52
6.	Рухливі ігри	2	8	10
7.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	6	6
8.	Підсумок	-	2	2
	Разом	30	186	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Мета, завдання і зміст роботи гуртка. Організаційні питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.
Значення хореографії в житті людини.

2. Ритміка (18 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення та закріплення понять: «лінія», «коло», «колона», «шаховий порядок». Різні види ходи. Природні побутові кроки.
Практична частина. Танцювальні кроки з витягнутою стопою. Кроки на півпальцях. Кроки на п'ятках. Кроки в напівприсяді. Кроки в повному присяді. Різні види бігу. Перешиковування. Марширування з прямої лінії в колони по чотири. З прямих ліній в коло. З кола в прямі лінії.

3. Гімнастичні та акробатичні вправи (72 год.)

Теоретична частина. Поняття про акробатику. Основні акробатичні рухи.
Практична частина. Спортивна розминка. Вправа «сонечко». Нахили вперед – «печатки». Випади (вправо і вліво). Вправи на підлозі. Робота стопою. «Складка». «Літак». «Куточок». «Метелик». Сидячи нахили до ніг (вправо,

вліво, вперед). «Складка». «Змія». Вправи на колінах. Три нахили назад (підготовка до моста на колінах). «Оленка». Елементи гімнастики. Шпагат на праву ногу, на ліву ногу, поперечний. «Групування». Боковий перекид вправо, вліво. «Жабка па спині». «Жабка на животі». «Міст лежачи». «Берізка».

4. Основи класичного танцю (54 год.)

Екзерсис біля станка (обличчям до опори)

Теоретична частина. Термінології класичного танцю. Особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля станка.

Практична частина. Вправи біля опори (обличчям до опори). Постанова корпусу, рук, ніг, голови.

Позиції ніг – I, II, III, V.

Позиції рук – підготовче положення I, II, III.

Demi-plié по I, II позиціях.

Grand plié по I, II позиціях.

Battement tendu:

- з I позиції в сторону, вперед, назад;
- з demi-plié в I позиції в сторону, вперед, назад;
- Battements tendus jetés:
- з I позиції в сторону, вперед, назад;
- з demi-plié в I позиції в сторону, вперед, назад;

Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Relevés на півпальцях в I і II, III позиціях з витягнутих ніг та з demi-plies.

5. Танцювальні елементи (52 год.)

Теоретична частина. Види танцювальних елементів.

Практична частина. Рух «галоп». Приставний бічний крок. Обертання. Стрибки на одній та двох ногах.

6. Рухливі ігри (10 год.)

Теоретична частина. Види ігор: спортивні, музичні, хореографічні, рольові.

Практична частина. Проведення рухливих ігор: «Третій-зайвий», «Бджілки».

7. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (8 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

8. Підсумок (2 год.)

Теоретична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- назви всіх виконуваних вправ;
- назви танцювальних елементів;
- різницю між правою, лівою ногою та рукою;
- танцювальні малюнки – «зірочка», «ланцюжок», «равлик», «змійка», маленькі та великі кола, квадрат, клин;
- позиції ніг: I, II, VI;
- позиції рук: підготовча, I, II;
- положення рук – підготовча, на поясі;
- поняття «шеренга», «колона», «інтервал»; коло; діагональ;
- поняття початку та кінця музичної фрази.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- розрізняти характер музики;
- виконувати танцювальні рухи зберігаючи рівну поставу;
- виконувати вивчені елементи класичного танцю біля опори та по середині зали;
- виконувати повороти вправо, вліво;
- виконувати перебудови на марші по чотири, по два, по одному;
- виконувати музично-ритмічні вправи;
- артистично виконувати танцювальні рухи.

Вихованці мають набути досвід:

- чіткого орієнтування на площині танцювальної зали;
- самостійного виконання вправ партерної гімнастики;
- виконання різноманітного перелаштування на марші;
- сприймання виражальних засобів музики;
- виконання вивчених танцювальних етюдів.

Основний рівень, перший-другий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Основи класичного танцю	8	32	40
3.	Сучасний танець	8	30	38
4.	Гімнастичні та акробатичні вправи	6	66	72
5.	Танцювальні етюди (номери)	8	42	50
6.	Сценічна майстерність	2	16	18
7.	Концертна діяльність	4	32	36
8.	Етика та естетика	-	8	8
9.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	22	22
10.	Підсумок	2	-	2

	Разом	40	248	288
--	-------	----	-----	-----

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка. Організаційні питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.

2. Основи класичного танцю (40 год.)

1. Екзерсис біля станка

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля станка.

Практична частина. Постановка корпусу однією рукою за палицю у поєднанні з port de bras (I, II, III позиції рук).

Demi-plié по I, II, V позиціях ніг. Grand plié по V позиції.

Battements tendus:

- з I позиції у всіх напрямках;
- з V позиції в сторону;

Passé par terre по I позиції на витягнутій опорній нозі та з demi-plié. Battements tendus jetés:

- з I позиції;
- battements tendus jetés piqués з I позиції;
- battements tendus jetés з V позиції в сторону.
- Préparation до rond de jambe par terre en dehors, en dedans.

Положення ноги sur le cou-de-pied:

- основне, «умовне», ззаду.

Battements fondus носком до підлоги у всіх напрямках.

Battements frappés носком до підлоги у всіх напрямках.

Petit battement.

Battements relevés lents на 45° з I позиції у всіх напрямках.

Grands battements jetés з I позиції спиною та обличчям до опори, відповідно до напрямку кидка. Відповідно зі ступенем оволодіння боком до опори.

Relevé по I, II, V позиціях:

- з витягнутих ніг,
- з demi-plié.

Перегини корпусу та нахили тулубу обличчям до станка в сторону, назад.

2. Екзерсис на середині зали

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю на середині зали. Поняття «eпаulement».

Практична частина. Demi-plié по I, II, V позиціях;

- grand plié по I, II позиціях.

Battements tendus з demi-plié I позиції у всіх напрямках.

Battements tendus jetés з piqués у всіх напрямках з I позиції; Relevé по I, II, V позиціях:

- з витягнутих ніг;
- з demi-plié .

Demi та rond de jambe par terre en dehors, en dedans.

Примітка: Всі рухи виконуються en face.

3. Сучасний танець (38 год.)

Теоретична частина. Джерела та розвиток сучасних форм танцю. Новий погляд в хореографічному мистецтві.

Практична частина. Вправи на середині залу.

Нор. Catch step, jump. Drop, contraction. Flat back. Танцювальний біг. Свінгове похитування. Вправи для нахилу корпусу. Танцювальні сполучення. З роботою корпусу. З роботою рук. Вправи на координацію та пластику тіла.

4. Гімнастичні та акробатичні вправи (72 год.)

Теоретична частина. Поняття про акробатику. Основні акробатичні рухи.

Практична частина. Шпагати. Затяжки (вперед, вбік). Колеса. Міст стоячи з прямими колінами. «Корзинка». «Берізка». «Складка» (стоячи, сидячи). Перекид (уперед, назад). Віджимання. Пістолети.

5. Танцювальні етюди (номери) (50 год.)

Теоретична частина. Відпрацювання та удосконалення техніки виконання комбінацій та етюдів на матеріалі раніше вивчених рухів та елементів різнохарактерних танців.

Практична частина. Комбінації з вправами для рук у парах і по одинці.

Бокові кроки, переступання. Танцювальні біги, бігунці. Кроки «вальсу».

Оберти на двох та одній нозі по VI позиції, біг в повороті (дівчата).

Технічні вправи – присядки з виходом у II позицію та з винесенням ноги на 45° (хлопці), «м'ячики».

Поняття «колупалочка», «качалочка», «доріжка», «гармошка», «ключ», «хлопушка».

Положення рук, ніг, голови та положення корпусу.

Вивчення різнохарактерних танцювальних рухів.

Постановка номерів різних форм.

6. Сценічна майстерність (18 год.)

Теоретична частина. Бесіди «Пластична виразність актора», «Зв'язок рівня пластичного розвитку актора зі ступенем його сценічної виразності».

Практична частина. Основи та компоненти пластичної виразності.

Зв'язок пластики з формуванням образу персонажу.

7. Концертна діяльність (36 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з правилами користування концертними костюмами та взуттям.

Практична частина. Виступи дітей на різних заходах.

8. Етика та естетика (8 год.)

Практична частина. Уявлення про особистість. Самовиховання, самоаналіз, самооцінка. Аналіз власних якостей, вчинків та стосунків.

9. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (22 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

10. Підсумок (2 год.)

Теоретична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- позиції ніг, рук;
- поняття «retiré», «épaulement»;
- поняття «en face», «en dehors et en dedans»;
- послідовність виконання екзерсису біля станка та на середині зали;
- назви всіх засвоєних рухів.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- грамотно виконувати рухи, передбачені програмою;
- узгоджувати опановані рухи з відповідним темпом і ритмом;
- координувати рухи ніг, корпусу і голови в помірному темпі;
- узгоджувати опановані рухи з характером музичного супроводу.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання вправ класичного та народного танцю;
- визначення точок класу;
- застосовування засвоєних вмінь і навичок при виконанні танцювальних етюдів.

**Основний рівень, третій-четвертий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Класичний танець	4	38	42
3.	Сучасний танець	6	42	48
4.	Акробатика. Гімнастика	4	68	72
5.	Танцювальні етюди (номери)	6	50	56
6.	Концертна діяльність: постановочні репетиції, концертні виступи	4	32	36
7.	Сценічна майстерність	-	18	18
8.	Етика та естетика	6	-	6
9.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	6	6
10.	Підсумок	-	2	2
	Разом	32	256	288

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка. Організації питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.

2. Класичний танець (42 год.)

1. Екзерсис біля станка

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля опори.

Практична частина. Постановка корпусу в IV позиції.

Demi-plié по IV позиції.

Grand plié по V позиції.

Battements tendus по V позиції:

- у всіх напрямках;

- з demi-plié.

Battements tendus jetés з piqués по V позиції:

у всіх напрямках; piqués.

Rond de jambe par terre на demi-plié.

Battements fondu в усіх напрямках з ногою на 45°.

Battements frappe в усіх напрямках з ногою на 45°.

Battements doubles frappés в сторону.

Pas tombé .

Battements relevés lents на 90° у всіх напрямках.

Battements développés у всіх напрямках – обличчям до станка, по мірі засвоєння – однією рукою за опору

Grands battements jetés у всіх напрямках.

2. Екзерсис на середині зали

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю на середині зали. Малі і великі пози (croisée, effacée).

Практична частина. Вправи екзерсису виконуються en face. Положення корпусу epaulement.

Battements tendus з demi-plié з I та V позиції у всіх напрямках.

Battements tendus jetés з piqués у всіх напрямках по I, V позиції.

Demi-rond de jambe та rond de jambe par terre на demi-plié.

Battements fondus у всіх напрямках носком до підлоги.

Battements frappés у всіх напрямках носком до підлоги.

Petite battement.

Battements relevés lents з I позиції на 45 у всіх напрямках. II-e port de bras.

III-e port de bras.

Pas-de-bourré en dehors, en dedans

3. Сучасний танець (48 год.)

Теоретична частина. Витоки та розвиток напрямку «синтез-танець». Характерні риси цього напрямку.

Практична частина. Вправи на середині залу. Нор. Catch step, jump. Drop, contraction. Flat back. Arch. Body roll. Bounce. Deep body bend. Танцювальний біг. Вправи для нахилу корпусу. Танцювальні сполучення. З роботою корпусу. З роботою рук. Амплітудні випадки ногами в сучасних стилях. Оберти корпусу з рухами рук, головою з різних положень. Сучасні стрибки в повороті, з просуванням. Оберти на колінах у різних видах. Синкопічні рухи, сучасна пластика та координація.

4. Акробатика. Гімнастика(72 год.)

Теоретична частина. Поняття про акробатичні та гімнастичні вправи.

Практична частина. Шпагати. Затяжки (вперед, вбік, назад). Колеса. Міст з однієї ноги (правої, лівої). Складка (стоячи, сидячи). Перекид (вперед, назад). Віджимання. Пістолети. Стійка, міст, встати. Стійка на голові (для хлопців). Переворот вперед (з правої, лівої ноги). Стійка, перекид. Підйом розгином. Спортивна розминка. Вправи на підлозі:

на гнучкість - «складка», «мостик»;

на м'язи спини - «човник», «качалочка», «кільце»;

на м'язи пресу - «куточок», «берізка», «велосипед»;

на розтяжку - «жабка», «метелик», шпагати на праву, ліву ногу та поперечний. «Кувирок» вперед, назад.

«Колесо» вправо, вліво. «Стійка» біля опори і на середині зали. «Рондат».

5. Танцювальні етюди (номери) (56 год.)

Теоретична частина. Відпрацювання та удосконалення техніки виконання комбінацій та етюдів на матеріалі раніше вивчених рухів та елементів різнохарактерних танців.

Практична частина. Вивчення різнохарактерних танцювальних рухів.
Постановка номерів різних форм.

6. Концертна діяльність (36 год.)

Теоретична частина. Значення концертного костюму для створення сценічного образу.

Практична частина. Робота над єдиною манерою виконання концертних номерів. Виступи дітей на різних заходах.

7. Сценічна майстерність (18 год.)

Практична частина. Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг, ходьба – зупинка. Ходьба на носках, підстрибування, біг, ходьба – зупинка. Випади однією ногою вперед, кроки у присіданні. Вправи «Ворона», «Декорація», вправи на увагу та координацію. Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», «лава», «синхронне плавання». Вправи на стільці: нахили, підйоми, прогини.

8. Етика та естетика (6 год.)

Теоретична частина. Правила поведінки в громадських місцях, правила етикету в кіно, театрі, музеї. Засоби спілкування з дорослими, незнайомими та малознайомими людьми. Значення культури мови в спілкуванні, етикет телефонних розмов.

9. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (6 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

10. Підсумок (2 год.)

Практична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- терміни та методику виконання вивчених рухів;
- поняття «малі і великі пози» (croisée, effacée);
- пози «écartée», «arabesque»;
- виконавські засоби виразності танцю (виразність рук, обличчя, пози).

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- вільно координувати рухи рук, ніг, голови, корпусу;
- вміти грамотно користуватися методикою виконання рухів;
- визначати по звучанню музики характер танцю.

Вихованці мають набути досвід:

- грамотного і музично-виразного виконання рухів, передбачених

програмою;

- володіння сценічним простором.

Основний рівень, п'ятий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Класичний танець	4	38	42
3.	Сучасний танець	4	42	46
4.	Акробатика. Гімнастика	6	66	72
5.	Танцювальні етюди (номери)	4	52	56
6.	Концертна діяльність: постановочні репетиції, концертні виступи	4	34	38
7.	Сценічна майстерність	-	18	18
8.	Етика та естетика	6	-	6
9.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	6	6
10.	Підсумок	-	2	2
	Разом	30	258	288

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка. Організації питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.

2. Класичний танець(42 год.)

Екзерсис біля станка

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля станка. Поза «écartée».

Практична частина. Demi plie і grand plie по всіх позиції .

Battements tendus у всіх напрямках в позах (croisée, effacée).

Battements tendus jetés:

- у всіх напрямках в позах (croisée, effacée);
- у поєднанні з piqué;
- battement tendu jeté balancé.

Demi-rond de jambe на 45° en dehors, en dedans.

Battements fondus і з plié - relevé з ногою на 45°.

Battements doubles frappés:

- у всіх напрямках із закінченням на demi-plié;

Pas tombée з просуванням і фіксацією ноги в положенні sur le cou-de-pied. Grands battements jetés pointés.

Повороти в V позиції.

Préparation до pirouette sur le cou-de-pied з V позиції.

Екзерсис на середині зали

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю на середині зали. Поза «arabesque».

Практична частина.

Battements tendus у всіх напрямках у позах croisée, effacée.

Battements tendus jetés з piqués у всіх напрямках у позах croisée, effacée.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battements fondus у всіх напрямках на 45° en face

. Battements frappés у всіх напрямках на 45° en face.

Battements relevés lents у всіх напрямках на 90° en face.

Battements développés в сторону, як основоположні елементи adagio.

Grands battements jetés en face.

Пози arabesque: вивчення II, III arabesque.

3. Сучасний танець (46 год.)

Теоретична частина. Поза, жест, міміка, пантоміма як виражальні засоби у сучасному танці. Взаємозв'язок та вплив сучасної музики на подальший розвиток сучасного танцю.

Практична частина. Вправи на середині залу. Нор. Catch step, jump. Drop, contraction. Flat back. Arch. Танцювальний біг. Свінгове похитування. Вправи для нахилу корпусу. Танцювальні сполучення. З роботою корпусу. З роботою рук. Амплітудні випади ногами в сучасних стилях. Обертання корпусу з рухами рук, головою з різних положень. Сучасні стрибки. Сучасна пластика. Координація рухів.

4. Акробатика. Гімнастика (72 год.)

Теоретична частина. Поняття про акробатичні та гімнастичні вправ

Практична частина. Шпагати. Затяжки (вперед, вбік, назад). Колеса. Міст з однієї ноги (правої, лівої). Складка (стоячи, сидячи). Перекид (вперед, назад). Віджимання. Пістолети. Стійка, міст, встати. Стійка на голові (для хлопців). Перекид вперед (з правої, лівої ноги). Стійка, перекид. Підйом розгином.

5. Танцювальні етюди (номери) (56 год.)

Теоретична частина. Відпрацювання та удосконалення техніки виконання комбінацій та етюдів на матеріалі раніше вивчених рухів та елементів різнохарактерних танців.

Практична частина. Вивчення різнохарактерних танцювальних рухів.

Постановка номерів різних форм.

6. Концертна діяльність (38 год.)

Теоретична частина. Значення концертного костюма для постановки номерів.

Практична частина. Виступи дітей на різних заходах.

7. Сценічна майстерність (18 год.)

Практична частина. Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки.

Ходьба на місці. Ходьба – біг, ходьба – зупинка. Ходьба на носках, підстрибування, біг, ходьба – зупинка. Випади однією ногою вперед, кроки у присіданні. Вправи «Ворона», «Декорація», вправи на увагу та координацію.

8. Етика та естетика (6 год.)

Теоретична частина. Правила поведінки в громадських місцях, правила етикету в кіно, театрі, музеї. Засоби спілкування з дорослими, незнайомими та малознайомими людьми. Значення культури мови в спілкуванні, етикет телефонних розмов.

9. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (6 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

10. Підсумок (2 год.)

Теоретична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- терміни вивчених рухів;
- правила виконання екзерсису класичного танцю.
- ритмічну розкладку вивчених рухів;
- засоби, що визначають характер музики, виразність рук, обличчя, ходи, пози.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- виразно виконувати невеликі комбінації;
- досягати відмінностей у виконанні основних та з'єднувальних рухів;
- володіти вміннями виконувати стрибки відповідно до програми;
- виконувати рухи «затакт», що визначають темп усіх рухів
- справлятися із заданим музичним темпом уроку;
- вільно, грамотно і виразно виконувати вивчені рухи та комбінації.

Вихованці мають набути досвід:

- грамотного і виразного виконання вивчених рухів;
- виконання основних та з'єднувальних рухів;
- виконання стрибків відповідно до програмового матеріалу.

Основний рівень, шостий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Класичний танець	4	40	44
3.	Сучасний танець	4	44	48
4.	Акробатика. Гімнастика	8	64	72
5.	Танцювальні етюди (номери)	6	46	52
6.	Концертна діяльність: постановчі репетиції, концертні виступи	4	32	36
7.	Сценічна майстерність	6	12	18
8.	Етика та естетика	6	-	6
9.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	8	8
10.	Підсумок	-	2	2
	Разом	40	248	288

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка. Організаційні питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.

2. Класичний танець (44 год.)

1. Екзерсис біля станка

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля станка.

Практична частина. Demi-plié i grand plié з port de bras.

Battements tendus:

- в позах croisée, effacée, arabesque, écartée.

Battements tendus jetés в позах croisée, effacée, arabesque, écartée у поєднанні з piqué, balancé.

Rond de jambe par terre на 45° на повній стопі en dehors, en dedans. Demi-rond de jambe на 45° (en dehors, en dedans) на demi-plié.

Battements fondus на півпальцях.

Doubles battements fondus на 45° у всіх напрямках.

Pas tombée .

Battements frappés на півпальцях із закінченням на 45° у всіх напрямках.

Battements doubles frappés:

- на 45° у всіх напрямках;
- із закінченням в *demi-plié* в пози, носком до підлоги.
- *Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans*.

Положення *tire-bouchon*, поза *attitude* як складова частина *adagio*.

Demi-rond на 90° *en dehors et en dedans*.

Battements relevés lents на 90° у всіх напрямках у великих позах (*croisée, effacée, arabesque, écartée*).

Battements développés у всіх напрямках у великих позах (*croisée, effacée, arabesque, écartée*).

Grands battements jetés у великих позах (*croisée, effacée*): *grands battemnets jetés* з *passé par terre* через I позицію та з завершенням носком до підлоги.

Préparation та *pirouette* *en dehors, en dedans* із II та V позиції.

2. Екзерсис на середині зали

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю на середині зали.

Практична частина. *Battements tendu* в малих та великих позах. *Battements tendus jetés* в малих та великих позах *écarté*.

Battements fondus на 45° з *demi-rond en dehors, en dedans* на 45°: у поєднанні з *soutenu* у всіх напрямках на 45°.

Battements fondus з *demi-plié* через *relevé* на 45°.

Battements frappés у всіх напрямках на 45°: у позах (*croisée, effacée*).

Battements doubles frappés з закінченням на 45° та в *demi-plié* з фіксацією ноги носком до підлоги.

Battements développés в великих позах та в *arabesque* (I, II, III). *Grands battements jetés* з *pointé en face* та в позах.

Вивчення IV *arabesque*.

Préparation до *pirouette* з IV позиції. *Tour chainés*.

Pas de bourrée en tournant.

3. Сучасний танець (48 год.)

Теоретична частина. Витоки та розвиток напрямку «синтез-танець». Характерні риси цього напрямку.

Практична частина. Вправи на середині залу. *Нор. Catch step, jump. Drop, contraction. Flat back. Arch. Body roll. Bounce. Deep body bend.* Танцювальний біг. Вправи для нахилу корпусу. Танцювальні сполучення. З роботою корпусу. З роботою рук. Амплітудні випади ногами в сучасних стилях. Оберти корпусу з рухами рук, головою з різних положень. Сучасні стрибки в повороті, з просуванням. Оберти на колінах у різних видах. Синкопічні рухи, сучасна пластика та координація.

4. Акробатика. Гімнастика (72 год.)

Теоретична частина. Поняття акробатичних та гімнастичних елементів.

Практична частина. Спортивна розминка. «Стійка» на середині зали.

«Міст» з положення стоячи. Підготовка до «перекиду» назад, вперед на дві ноги. «Кувирки» вперед і назад. «Планка» на витягнутих руках і ліктях.

«Колесо» вправо, вліво, на одній руці. «Рондат». Шпагати на праву, ліву ногу, поперечний. Присідання, нахили, випади.

Затяжки (вперед, вбоки, назад). Колеса. Міст з однієї ноги (правої, лівої). Складка (стоячи, сидячи). Перекид (вперед, назад). Віджимання. Пістолети. Стійка, міст, встати. Стійка на голові (для хлопців). Переворот вперед, назад (з правої, лівої ноги). Стійка, перекид. Підйом розгином. Змійка назад. перекид, підйом розгином. Перекид назад з прямими ногами.

5. Танцювальні етюди (номери) (52 год.)

Теоретична частина. Перегляд наочних відеоматеріалів.

Практична частина. Складання етюдів на відображення характеру музики за допомогою педагога. Постановка номерів різних форм.

6. Концертна діяльність (36 год.)

Теоретична частина. Значення концертного костюму для створення сценічного образу.

Практична частина. Робота над єдиною манерою виконання концертних номерів. Виступи дітей на різних заходах.

7. Сценічна майстерність (18 год.)

Практична частина. Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», «лава», «синхронне плавання». Вправи не стільці: нахили, підйоми, прогини.

8. Етика та естетика (6 год.)

Теоретична частина. Значення культури мови в спілкуванні, етикет телефонних розмов, сутність моральних взаємовідносин з сусідами, знайомими. Життя і сучасне суспільство.

9. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (8 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

10. Підсумок (2 год.)

Практична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- терміни вивчених рухів;
- правила виконання екзерсису класичного танцю.
- ритмічну розкладку вивчених рухів;
- засоби, що визначають характер музики, виразність рук, обличчя, ходи, пози.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- виразно виконувати невеликі комбінації;
- досягати відмінностей у виконанні основних та з'єднувальних рухів;
- володіти вміннями виконувати стрибки відповідно до програми;
- виконувати рухи «затакт», що визначають темп усіх рухів
- справлятися із заданим музичним темпом уроку;
- вільно, грамотно і виразно виконувати вивчені рухи та комбінації.

Вихованці мають набути досвід:

- грамотного і виразного виконання вивчених рухів;
- виконання основних та з'єднувальних рухів;
- виконання стрибків відповідно до програмового матеріалу.

Вищий рівень, перший-четвертий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Класичний танець	6	36	42
3.	Сучасний танець	4	42	46
4.	Акробатика. Гімнастика	8	64	72
5.	Танцювальні етюди (номери)	6	50	56
6.	Концертна діяльність: постановочні репетиції, концертні виступи	4	32	36
7.	Сценічна майстерність	-	18	18
8.	Етика та естетика	6	-	6
9.	Екскурсії, конкурси, свята, виставки	-	8	8
10.	Ансамбль	-	36	36
11.	Підсумок	2	-	2
	Разом	38	286	324

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка. Організаційні питання. Правила поведінки. Техніка безпеки.

2. Класичний танець (42 год.)

Екзерсис біля станка.

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю біля станка.

Практична частина. Demi-plié i grand plié з port de bras(на півпальцях)
Battements tendus:

- в позах croisée, effacée, arabesque, écartée(з підйомом на півпальці)

Battements tendus jetés в позах croisée, effacée, arabesque, écartée у поєднанні з piqué, balancé(з підйомом на півпальці)

Rond de jambe par terre на 45° на повній стопі en dehors, en dedans. Demi-rond de jambe на 45° (en dehors, en dedans) на demi-plié.

Battements fondus на півпальцях.

Battements fondus на 45° у всіх напрямках (на півпальцях).

Pas tombée .

Battements frappés на півпальцях із закінченням на 45° у всіх напрямках.

Battements doubles frappés:

- на 45° у всіх напрямках (на півпальцях).
- Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans (з підйомом на півпальці).

Положення tire-bouchon , поза attitude як складова частина adagio.

Demi-rond на 90° en dehors et en dedans.

Battements relevés lents на 90° у всіх напрямках у великих позах з підйомом на півпальці (croisée, effacée, arabesque, écartée).

Battements développés у всіх напрямках у великих позах з підйомом на півпальці(croisée, effacée, arabesque, écartée).

Grands battements jetés у великих позах (croisée, effacée): grands battemnets jetés з pike.

Préparation та pirouette en dehors, en dedans із II та V позиції.

Екзерсис на середині зали

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису з класичного танцю на середині зали.

Практична частина. Battements tendu в малих та великих позах. Battements tendus jetés в малих та великих позах ecarté.

Battements fondus на 45° з demi-rond en dehors, en dedans на 45°.

Battements fondus з demi-plié через relevé на 45°.

Battements frappés у всіх напрямках на 45°: у позах (croisée, effacée).

Battements doubles frappés з закінченням на 45° та в demi-plié з фіксацією ноги носком до підлоги.

Battements développés в великих позах та в arabesque (I, II, III). Grands battements jetés з pointé en face та в позах.

Préparation до pirouette з IV позиції. Tour chainés.

Allegro

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання allegro.

Практична частина. Pas echappé.

Pas assemblé в сторону: біля станка і на середині. Sissonne simple en face: біля станка і на середині. Petit та grand changement de pieds.

3. Сучасний танець (46 год.)

Теоретична частина. Структура побудови тренажу різних видів сучасного танцю. Зв'язок з іншими видами хореографії та жанрами хореографічного мистецтва.

Практична частина. Розігрів. Вправи біля станка. Перегини. Нахили торсу. Plie (паралельних та виворотних позиціях). Grand plie (паралельних та виворотних

позиціях). Вправи для розігріву стопи та голени стопи. Розігрів на середині залу. Спіралі та вигини торсу. Нахили в різні боки. Вправи на напруження та розслаблення. Вправи для розігріву хребта. В партері. Вправи для хребта. Вправи стретч-характеру. Вправи для розігріву стопи та голілковостопу. Ізоляція. Нахили голови вперед, назад, вправо, вліво. Повороти головою вправо, вліво. Рух пелвісом вперед, назад. Вправи зі сторони в сторону. Hip life – підйом стегна вгору. Позиції рук. Press position I, II, III. Jerk position. Позиції ніг I, II, III, IV, V (паралельне положення, out position, in position). Prance. Kick. Demi-ugrandplie (по паралельним та виворотним позиціях + рухи торсу: спіралі, твісти, нахили). Rond de jambe par terre. Battement frappe. Battement fondu. Grand battement. Passe. Adagio. Вправи для хребта. Спіралі. Body roll. Flat back. Table top. Deep body bend. Curve. Arch. Twist. Рівні. Стоячи. Сидячи. Лежачи. Сидячи навприсядки. Стоячи на колінах. Крос. Кроки (flat step, camel walk, latino walk). Стрибки (jump, leap, hop). Оберти (на двох ногах, на одній нозі, повороти на різні рівні, лабільні оберти). Комбінації або імпровізації. Пружинисті кроки, сучасна пластика та координація.

4. Акробатика, гімнастика (72 год.)

Теоретична частина. Поняття акробатичних та гімнастичних елементів.

Практична частина. Спортивна розминка. «Планка» на витягнутих руках і ліктях. «Колесо» вправо, вліво, на одній руці. Шпагати. Присідання, нахили, випади. Затяжки (вперед, вбоки, назад). Колеса. Міст з однієї ноги (правої, лівої). Складка (стоячи, сидячи). Перекид (вперед, назад). Віджимання. Пістолети. Стійка, міст, встати. Стійка на голові (для хлопців). Переворот вперед, назад (з правої, лівої ноги). Стійка, перекид. Підйом розгином. Змійка назад, перекид, підйом розгином. Перекид назад з прямими ногами. Пістолети. Стійка на голові (для хлопців). Переверт уперед, назад (з правої, лівої ноги). Стійка, кувирок. Підйом розгином. Змійка назад, вперед. Кувирок, підйом розгином. Переверт назад з прямими ногами. Переверт назад, вихід у стійку. Рондат. Сальто вперед. Фляк.

5. Танцювальні етюди (номери) (56 год.)

Теоретична частина. Перегляд наочних відеоматеріалів.

Практична частина. Складання етюдів на відображення характеру музики за допомогою педагога. Постановка номерів різних форм.

6. Концертна діяльність (36 год.)

Теоретична частина. Концертний костюм – продовження створення сценічного образу. Застосування артистичного макіяжу для створення сценічного образу.

Практична частина. Виступи дітей на різноманітних сценічних майданчиках. Робота над єдиною манерою виконання концертних номерів. Постановка та вивчення концертних номерів (ансамблевих та сольних).

7. Сценічна майстерність (18 год.)

Практична частина. Психологічна підготовка. Вправи на зосередження:

«Побажай кожному добра», «Сонце», «Підкачка». Вправи на рухому пам'ять: «Тінь», «Пройдений шлях», «Кінострічка». Вправи на ритмічність та музичність. Пластичні етюди «Рослина», «Корабель», «Дерево», «Снігова баба», «Бурулька».

8. Етика та естетика (6 год.)

Теоретична частина. Самопізнання, самоусвідомлення, самовдосконалення, самореалізація. Самопізнання як передмова самовиховання. Сутність самовиховання. Біопсихічні якості людини. Методи дослідження характеру особистості. Здібності і навчання. Інтелектуальне і емоційно-вольове самовиховання. Творче мислення і уява, діагностика і виховання.

9. Екскурсії, конкурси, свята, виставки (8 год.)

Практична частина. Екскурсії, участь у виставках, конкурсах, святах. Відвідування краєзнавчих, природничих та історичних музеїв. Зустрічі з митцями сцени.

10. Ансамбль (36 год.)

Теоретична частина. Сюжетно-образний зміст танцю, хореографічної композиції.

Практична частина. Розучування основних рухів та фрагментів танцю, хореографічної композиції. Вироблення ритмічної та динамічної узгодженості рухів та комбінацій, відпрацювання техніки виконання танцю, хореографічної композиції.

11. Підсумок (2 год.)

Теоретична частина. Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати і розуміти:

- методику виконання вивчених рухів та комбінацій;
- термінологію вивчених рухів і основних поз;
- ритмічну розкладку вивчених рухів.

Вихованці повинні вміти і застосовувати:

- вільно, грамотно і виразно виконувати вивчені рухи та комбінації;
- володіти самоконтролем м'язової напруги, координації рухів.

Вихованці мають набути досвід:

- володіння усвідомленим, правильним виконанням рухів;
- аналізу музичного супроводу з точки зору його темпу, характеру, музичного жанру.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання екзерсис класичного танцю: біля станка, на середині зали, allegro;

- подолання технічних труднощів під час тренажу класичного та сучасного танцю.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Бесіди про танець: Методична розробка на допомогу керівникам хореографічних колективів шкіл і позашкільних установ/ Укл. Тараканова А. П. Київ: ІЗМН, 199
2. Василенко К. Ю. Композиція українського народно-сценічного танцю. Київ: Музична Україна, 1985.
3. Василенко К.Ю. «Український танець» (підручник), К.ІПК ПК 1997 р.
4. Володько В. Методика викладання народно-сценічного танцю/В. Володько.// Київ, 2006.
5. Голдрич О. Хореографія: посібник з основ хореографічного мистецтва та композиції танцю/ О.Голдрич.// Львів:СПОЛОМ, 2006.
6. Голдрич О.С. Методика викладання хореографії/О.Голдрич. // Львів: Сполом, 2006. - 84с.
7. Жак-Далькроз Є. Ритм. Москва: Классика ХХІ, 2016. 248 с.
8. Забрєдовський С.Г. Методика роботи з хореографічним колективом : навч. Посіб. Видання друге, доповнене. Київ: НАКККіМ, 2011. 188 с.
9. Зайцев Є. В., Колесніченко Ю.В. Основи народно-сценічного танцю: [Навчальний посібник для вищих навчальних закладів культури та мистецтв І–ІV рівнів акредитації / Видання друге, доопрацьоване і доповнене]. Вінниця: Нова книга, 2007. 416 с.
10. Зихлинская Л.Р., Мей В.П. «Первые шаги.» Київ, 2003. 359 с.
11. Колесніченко Ю., Досенко Є. «Українське намисто» В.в-во «Нова Книга», 2014.
12. Колногузенко Б. М. Методика роботи з хореографічним колективом. Частина І. Хореографічна робота з дітьми. Харків: ХДАК, 2005.
13. Мессерер А.М. Уроки классического танца / А.М. Мессерер. Лань, 204. 376 с.
14. Методика роботи з хореографічним колективом: навч. посібник /С.Л. Зубатов. Київ: ІПК ПК, 1997. 100с.
15. Музичне оформлення класичного танцю: Метод. Рек. / Укл. Т.М. Чурпіта. Київ: КНУКіМ, 2001. 17с.
16. Никитин В.Ю., Шварц И.К. Композиция в современной хореографии: Учебно- методическое пособие. Москва: МГУКИ, 2007. 164 с.
17. Семизорова В. Використання системи “Елементарне музикування” Карла Орфа в освітньому процесі дошкільного навчального закладу / В. В. Семизорова, І. Я. Шараєвська, Н. В. Степаненко. Тернопіль: Мандрівець, 2014. 68 с.
18. Танці в сучасних ритмах: нариси: навчально-методичний посібник/ Н. Барсук, А. Тараканова. Вінниця: Нова Книга, 2014. 52с.
19. Тараканова А. П. Система хореографічного виховання в школах і позашкільних закладах, МОН України, ІЗМН. К.1996.
20. Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю. Підручник . 4-е

вид. Київ: Альтерпрес, 2017. 324 с.