

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Иркутского районного муниципального образования  
«Марковская средняя общеобразовательная школа»

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим советом МОУ ИРМО  
«Марковская СОШ»

Протокол № 1 от 28.08.202

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ ИРМО «Марковская СОШ»

Ехлакова Е.В. / Ехлакова Е.В. /  
Приказ № 1308-Н/4 от 28.08.202



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореографического коллектива «Чудесники»

Направленность: художественная

Уровень программы: общекультурный

Возраст учащихся: 10-12 лет

Срок реализации: 8 лет

Автор или составитель:  
педагог дополнительного образования –  
Джусупова Евгения Александровна,  
Высшая категория

р. п. Маркова  
2020г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе образовательной программы хореографического коллектива «Чудесники» (автор-составитель Джусупова Евгения Александровна), которая предусматривает систематическое и последовательное обучение, эстетическое воспитание детей по средством танца. Данная программа утверждена директором МУК СКЦ Марковского МО Иванченко И.В. в 2017г.

При проектировании и реализации программы были учтены положения и требования следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Концепция развития дополнительного образования детей.

- Конвенция о правах ребёнка;

- Национальная доктрина образования в РФ на период до 2025 г.;

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);

- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 9 ноября 2018г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе «с Методическими рекомендациями по проектированию ДООП»;

Устав МОУ ИРМО «Марковская СОШ»;

В современной системе образования и воспитания важное место занимает искусство, являющееся неотъемлемой частью человеческой деятельности. Приобщение детей к искусству на любом качественном уровне (восприятие, познание, творческая деятельность) развивает эмоционально-нравственную и духовную культуру растущего человека, пробуждает способность видеть, ценить и создавать красоту.

Программа является адаптированной для дополнительного образования школьников.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографического коллектива «Чудесники» имеет художественную направленность по уровню освоения – общекультурная.

**Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы.**

Занятия искусством создаёт благоприятные условия для творческого развития ребёнка, среди которых, хореография занимает особое место. Хореография как синтетическое искусство представляет собой полихудожественную систему развития и воспитания детей на основе слияния музыки и пластики, а также интеграции различных видов искусств (литература, живопись, театр, поэзия, музыка). Поэтому занятия танцем служит хорошей основой для успешного развития не только специальных художественных способностей, но и всеобщей универсальной способности к творчеству. Танцевальные занятия, наполненные красотой музыки и радостью движения, стимулируют духовные силы и творческий потенциал личности, несут положительную энергию, что в целом даёт хорошую базу для успешного гармоничного развития личности ребёнка.

Занятия хореографией в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика, которая даёт детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. В настоящее время дети проявляют желание к хореографическому искусству.

Новизна программы заключается в поэтапном освоения курса хореографии. На освоение каждого этапа отводится 2-3 года. Только после усвоения материала ребенок переводится на следующий этап.

**Цель программы:** гармоничное развитие личности ребёнка, его художественно-творческих умений, нравственных качеств и творческих способностей средствами хореографического искусства.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

1. Познакомить:
  - с основами хореографии;

- с положением рук, ног, головы, корпуса во время танца;
- с классическим и современным танцами.

2. Формировать музыкально-ритмические навыки: восприятие общего характера

музыкальных произведений, развитие музыкальной памяти, чувства музыкальной формы, ритма, способность различать музыкальные размеры, темпы, динамику.

2. Обучить умению свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;

**Развивающие:**

Развивать:

1. художественно-творческие способности: способность воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения; способность к импровизации и сочинению музыкально-двигательных образов и танцевальных комбинаций;

2. воображение, фантазию, образное мышление;

3. физические качества: двигательные навыки, гибкость и пластичность суставов;

4. координацию движений;

5. умения:

- анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;

- самостоятельно планировать пути достижения целей;

- продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- владения основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

**Воспитательные:**

Воспитывать:

- нравственно-коммуникативные качества у учащихся: умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет); чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми, дружелюбности;

- аккуратность и трудолюбие;
- чувство ответственности и уверенности;
- стремление к здоровому образу жизни..
- волевые качества: работоспособность, инициативность, ответственность, доброжелательность.

### **Цели и задачи программы по годам обучения**

#### **Младшая группа**

**Цель:** развитие интереса к хореографическому искусству, развитие художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

#### **Задачи**

обучающие:

1.формирование знаний:

- о положении рук, ног, головы;
- о позициях в классическом танце;
- по постановке корпуса;

2.обучение:

- экзерсису у станка и на середине;
- припаданию, боковому шагу;

развивающие:

1. развитие:

- навыка исполнения переменного хода, лёгкого шага с носка на пятку;
- навыка исполнения элементов русского танца;
- умения выразить образ в разном эмоциональном состоянии;
- умения изображать в танцевальном шаге повадки животных кошки, лисы и других животных;
- навыка тактирования руками музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4.
- навыка шага в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- умения передать в шаге маршевый характер;

воспитательные:

1.воспитание

- бережного отношения друг к другу;
- интереса обучающихся к совместной деятельности;
- уважительного и толерантного отношения к различным хореографическим и музыкальным жанрам.

#### **Средняя группа**

**Цель:** овладение обучающимися основами техники классического танца.

### Задачи

обучающие:

#### 1. обучение

- правилам постановки рук;
- присядочным движениям;

#### 2. формирование знаний

- о движении препарасьон;
- о выворотном положении ног;
- об акцентировании шага на первую долю такта в марше (2/4, 4/4), в вальсе, полонезе, мазурке (3/4).

развивающие:

#### 1. развитие умения

- умения исполнить препарасьон (открытие и закрытие рук и);
- умения импровизировать на свободную тему;
- навыка общения в паре;
- умения исполнить движения у станка;

воспитательные:

#### 1. воспитание

- навыка коллективной работы;
- ответственности за общее дело.

### Старшая группа

Цель: совершенствование специальных знаний, умений и навыков с увеличением силовой нагрузки.

### Задачи

обучающие:

#### 1. формирование знаний

- об основных движениях классического танца;
- о положении стопы, пятки и носка рабочей ноги;

#### 2. обучение разновидностям батманов во всех направлениях;

#### 3. формирование и развитие представлений о танцевальной культуре;

развивающие:

#### 1. развитие

- навыка исполнения движения с затакта;
- навыка исполнения скрестного шага, приставных шагов, батманов;
- навыка исполнения элементов вальса;
- умений выражать чувства;

воспитательные:

#### 1. воспитание и развитие

- коммуникативных способностей;

- ответственности, трудолюбия, активности.

Для решения поставленных в программе задач предлагается использовать следующие **общепедагогические методы**:

- репродуктивный (вербальный и невербальный);
- проблемно-поисковый;
- креативный (творческий).

### **Отличительные особенности программы**

Настоящая программа отличается от программ по хореографии тем, что её содержание адаптировано к условиям дополнительного образования детей. Её содержание комплексное: развитие хореографических умений и навыков и общая физическая подготовка.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением.

Программа, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для занятий в хореографической студии по мере творческого роста воспитанника.

### **Возраст**

Программа рассчитана на младших и средних школьников (от 7 до 15 лет) по группам в зависимости от возраста и года обучения.

Младшая группа (7-8 лет) – 1 час 3 раза в неделю (до 15 человек)

Средняя группа (9-12 лет) – 2 часа 3 раза в неделю (до 12 человек)

Старшая группа (13-15 лет) – 2 часа 3 раза в неделю на освоение программы (до 12 человек).

В младшую группу принимаются все дети без особой танцевальной подготовки. В среднюю и старшую группу принимаются дети с танцевальной подготовкой, прошедшие предварительный просмотр на пробном занятии.

**Срок реализации программы:** 8 лет: младшая группа – 2 года, средняя и старшая группа по 3 года. В младшей группе 109 часов в год, в средней и старшей по 218 часов в год.

### **Формы и режим занятий в объединении:**

- групповые, подгрупповые теоретические и практические занятия;
- индивидуальные занятия;
- комплексные занятия;
- беседы;
- лекции;
- экскурсии;

- видеофильмы;
- элементы тренинга, релаксации;
- репетиции
- сюжетно-ролевые игры.

Программа предусматривает кроме групповых занятий и индивидуальную работу с детьми, т.к. образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей, ориентированный на личность ребенка и предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Расписание строится из расчета 3 занятия в неделю по 45 минут в младшей группе по 2 урока по 45 минут с переменой в средней и старшей группах.

### **Планируемые результаты:**

**Конкретизировать планируемые результаты: предметные:....., личностные:....., и метапредметные.....**

1. Развитие у воспитанников танцевальных умений и навыков: координации, гибкости, пластичности, выразительности, точности; музыкального вкуса и кругозора; умения грамотно, музыкально, красиво исполнять классические, народные и современные танцы. Овладение основными танцевальными движениями.
2. Наличие у воспитанников необходимых понятий, знаний из области хореографии.
3. Преодоление физических недостатков, связанных с нарушением опорно-двигательного аппарата: сколиоза, кифоза, лордоза и др.
4. Развитие коммуникативных способностей и навыков культурного поведения.
5. Достижение самореализации воспитанников в творческой деятельности.
6. Сформированность представлений о танцевальной культуре.
7. Развитие творческой индивидуальности.
8. Преподавательские навыки при работе в качестве помощника руководителя коллектива.
9. Формирование у детей мотивации и навыков здорового образа жизни.
10. Ориентация воспитанников на общечеловеческие ценности (истина, добро, красота).
11. Формирование коммуникативных качеств личности.
12. Социализация воспитанников в современной действительности.



13. Формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств воспитанников, а также отзывчивости, сопереживания, стремления помочь, чувства собственного достоинства.

Критериями оценки является определенный набор умений, знаний и навыков, которые должен получить воспитанник в процессе образования. Критерии оценки результата определяются в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы:

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Применяемые формы контроля: открытые уроки, уроки-показы, контрольные уроки, конкурсы, наблюдения, контрольные задания с самостоятельным решением творческих задач, отчетный концерт.

Педагог создает на занятиях творческую атмосферу, постоянно контролируя выполнение заданий и фиксируя внимание воспитанников на качестве выполнения своей работы. Поэтому обязательна оценочная деятельность педагога. Как правило, она практикуется в форме одобрения. При оценке педагог учитывает индивидуальные способности, уровень усвоения знаний воспитанником, всегда оценивая его личные успехи, без сравнения с достижениями другого ребенка.

Поощрением является:

- похвала воспитанника, который правильно выполняет все задания и требования педагога:

- просьба педагога к сильным воспитанниками позаниматься с теми, кто по болезни или по другим причинам пропустил занятия, после чего педагог проверяет эту работу:

- участие в концертных выступлениях:

- беседа с родителями об успехах воспитанника.

Критериями оценки является определенный набор умений, знаний и навыков, которые должен получить воспитанник в процессе образования, зависти от возрастной группы и этапа освоения программы

Основными критериями оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах разных уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях поселка и города.

**Критерии оценки на зачетном уроке, контрольном уроке или экзамене выставляется оценка по десятибалльной шкале.**

10 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно (параграф 1), самостоятельно, музыкально, эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме.

9 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно, самостоятельно, эмоционально, в характере исполнения в полном объеме.

8 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть небольшие погрешности, есть 1 ошибка. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения изучаемой национальности.

7 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть 2 ошибки и небольшие погрешности в выполнении движений или постановки корпуса. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения изучаемой национальности.

6 Баллов – задание выполнено, но допущены грубейшие ошибки (не более 3х) в выполнении движений и комбинации, в постановке корпуса допущены ошибки. Упражнение выполнено в характере, стиле и манере исполнения изучаемой национальности. Выполняются отдельные учебные действия и умения, последовательность действий при выполнении заданий хаотична, учебные действия при выполнении комбинаций в целом плохо осознаны, большинство заданий могут выполнить с помощью учителя.

5 Баллов – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 4х ошибок. Обучающийся старается выполнить комбинацию в характере и манере изучаемой национальности. Выявляются затруднения при выполнении отдельных тренировочных движений.

4 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 5 ошибок. Обучающийся исполняет комбинацию не в характере, без стиля и манеры изучаемой национальности.

3 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 6 ошибок.

2 Балла – задание выполнено частично, при выполнении допущено более 6 ошибок.

1 Балл – задание не выполнено. Нет четкости в исполнении позы,

не знает позиции рук, ног.

## **Модель выпускника**

### Младшая группа

Полученные знания:

1. правильное положение рук, ног, головы;
2. позиции в классическом танце;
3. правила постановки корпуса;
4. экзерсис у станка и на середине;
5. припадание, боковой шаг.

Полученные умения:

1. правильное исполнение переменного хода, лёгкий шаг с носка на пятку;
2. правильное исполнение элементов северного танца, элементов русского танца.
3. выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселье, грусть);
4. изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы и других животных;
5. тактировать руками размер  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ ;
6. правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
7. чувствовать характер марша, передавать его в шаге.

Сформированные личностные качества:

1. бережное отношение друг к другу;
2. умение трудиться в коллективе;
3. уважительное и толерантное отношение к искусству хореографии, к классической музыке.

### Средняя группа

Полученные знания:

1. правила постановки рук;
2. правила исполнения прелюдии;
3. правила о выворотном положении ног;
4. присядочные движения;
5. акцентирование шага на первую долю такта в марше ( $2/4$ ,  $4/4$ ), в вальсе, полонезе, мазурке ( $3/4$ ).

Полученные умения:

1. исполнение прелюдии (открытие и закрытие руки);
2. исполнение импровизации на свободную тему;
3. общение в паре;

4. исполнение движений у станка.

Сформированные личностные качества:

1. умение трудиться в коллективе;
2. ответственное отношение к общему делу.

Старшая группа

Полученные знания:

1. основные движения классического танца;
2. положения стопы, пятки и носка рабочей и опорной ноги;
3. разновидности батманов во всех направлениях;
4. танцевальная культура как основа успешности танцора.

Полученные умения:

1. исполнение движения с затакта;
2. исполнение скрестных шагов, приставных шагов, батманов;
1. исполнение элементов вальса;
2. выразительность в танце.

Сформированные личностные качества:

1. коммуникабельность, отзывчивость, доброжелательность;
2. ответственность, трудолюбие, активность;

### Учебно-тематический план

Название раздела	Количество часов					
	1 год		2 год		3 год	
	теория	практика	теория	практика	теория	практика
Музыкальная азбука	6	5	7	5	7	3
ОФП	10	30	15	37	10	32
Элементы классического танца	5	11	15	47	15	49
Народный танец	3	7	10	33	7	27
Современный танец					10	20
Актёрское мастерство	7	10	5	15	4	6
Постановочная и репетиционная		15		30		30

работа.						
Итого:	109	218	218			

## **Календарно-тематический план**

### **Первый год обучения**

Основная задача первого года обучения дать детям первоначальную хореографическую подготовку, развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятия танцем. На данном этапе дети обучаются азам хореографического искусства.

Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их музыкальных и хореографических способностей.

Необходимо чередовать физическую нагрузку с этюдной работой над небольшими сюжетными танцами, отражающими сказочные сюжеты, животных птиц, явления природы.

В процессе обучения следует учитывать так же физическую нагрузку, не допуская перенапряжение детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями, так как дети в этом возрасте очень быстро устают.

Название раздела	Количество часов		
	1 год		Общее количество часов
	теория	практика	
Музыкальная азбука	6	5	11
ОФП	10	30	40
Элементы классического танца	5	11	16
Народный танец	3	7	10
Актёрское мастерство	7	10	17
Постановочная и репетиционная работа.		15	15
	31	88	109

### **Вводный урок**

#### **Раздел №1. Музыкальная азбука**

1. Музыкальный характер.
2. Музыкальный характер. Повторение.

3. Музыкальный темп.
4. Метроритмический акцент.
5. Метроритмический акцент. Отработка.
6. Основы нотной грамоты. Длительности нот.
7. Музыкальный размер (2/4).
8. Музыкальный размер (3/4).
9. Танцевальный костюм.
10. Жанры хореографического искусства.
11. Жанры хореографического искусства. Закрепление.

## **Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка)**

1. Основные элементы танцевальной азбуки (поклон из первой невыворотной позиции, позиции ног естественные, положения рук).
2. Осанка. Постановка корпуса.
3. Танцевальный шаг. Правила исполнения.
4. Танцевальный бег. Бег с захлестом.
5. Танцевальный бег. Острый бег.
6. Галоп. Правила исполнения.
7. Координация. Упражнения на развитие координации.
8. Трамплинные прыжки. Правила исполнения.
9. Трамплинные прыжки. «Разножка».
10. Трамплинные прыжки. «Звёздочка».
11. Трамплинные прыжки. «Лягушка».
12. Повторение и отработка трамплинных прыжков.
13. Подскоки. Правила исполнения
14. Подскоки. Виды. Отработка.
15. Гимнастические элементы. «Мост». Правила исполнения.
16. Гимнастические элементы. «лягушка», «корзинка».
17. Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения.
18. Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
19. Стретчинг. Различные виды. Правила растяжки.
20. Шпагат. Упражнения на растяжку.
21. Постановка стопы. «Птичка». Упражнения для формирования стопы.
22. Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.
23. Кувырки и перекаты.
24. Устойчивость. Упражнения на развитие устойчивости.
25. Горцевание. Правила исполнения.
26. Повторение и отработка комбинации «Горцевание».

27. Большие броски. Правила исполнения.
28. Снятие мышечного напряжения. Расслабляющая гимнастика.
29. Хлопушки. Упражнения на развитие музыкальности.
30. Повторение и отработка комбинации «хлопушка».
31. Выносливость. Формирование выносливости.
32. Вращения с продвижением по диагонали. Правила исполнения
33. Вращения с продвижением по диагонали. Отработка.
34. -36Повторение танцевальных комбинаций.
- 37-40.Подготовка к контрольному уроку за год.

### **Раздел№3. Элементы классического танца**

1. Классический танец. Характерные особенности. История балетного искусства.
2. Постановка корпуса у станка.
3. Позы в танце.
4. Основные позиции рук в классическом танце.
5. Основные позиции ног в классическом танце.(I, II, III)
6. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement.
7. Demi- Plie. Правила исполнения.
8. Работа рук в классическом танце. 1Port de bras.
9. Работа рук в классическом танце. 2 Port de bras.
10. Releve.
11. battement tendu. Техника исполнения.
12. Double battement tendu. Правила исполнения.
13. Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения.
14. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения.
15. Allegro. Saute. Правила исполнения
16. Основные позиции ног в классическом танце.(IV, V)

### **Раздел№4. Народный танец**

1. Русский танец. Характерные особенности.
2. Хороводный шаг.
3. Переменный ход.
4. Русский бег. Правила исполнения.
5. Port de bras в русском характере.
6. Дробный ход.
7. Ковырялочка.
8. Перекрёстная ковырялочка.
9. Моталочка.



10. Тройной притоп.

### **Раздел №5. Актерское мастерство**

1. Изобразительность в танце «повадки животных».
2. Изобразительность в танце «характер животных».
3. Импровизация с предметом.
4. Музыка мне нарисовала.
5. Инсценирование стихотворного текста.
6. Творческое задание «Гусеница».
7. Танец с платочком.
8. Мимика. Эмоции.
9. Жесты.
10. Образный танец «бабочка».
11. Образный танец «цветок».
12. Творческое задание «музыка мне подсказала».
13. Творческое задание «Маска 2».
14. Творческое задание «Маска 1».
15. История рассказанная танцем.

### **Раздел №6. Постановочная и репетиционная работа**

#### **Контрольный урок за год.**

#### **Заключительное занятие «Подведение итогов за год»**

### **Второй год обучения**

При ограниченном количестве часов на предмет «классический танец» и «народный танец» второй класс оказывает решающее влияние на все последующее обучение и его конечный результат. В случае возникновения существенных пробелов и недостатков в качестве подготовки во втором классе исправить их в последующих классах практически невозможно. Это налагает большую и особую ответственность на преподавателя, требует его глубоко продуманного планирования перспектив работы класса на весь учебный год, тщательного отбора материала и мастерства ведения урока.

На втором году обучения закладывается фундамент для формирования всего комплекса знаний и навыков, умений, качеств учащихся.

Выполнение этой задачи предполагает выработку правильной балетной осанки на основе принятой в классическом и народном танцах постановки

корпуса, ног, рук, головы; усвоение основных движений классического экзерсиса на основе выработки мышечных ощущений; формирование координации движений; работу над развитием природных данных; овладение основными приемами и навыками работы на уроке.

Говоря о выработке правильной балетной осанки, необходимо иметь в виду, что на хореографических отделениях именно этот период является наиболее сложным, переломным, требующем преодоления ряда трудностей как физического, так и психологического характера. В первую очередь это связано с недостаточными данными учащихся. Правильная постановка корпуса – не только основа обучения умению танцевать, но и, в первую очередь фундамент, исходная база, на которой осуществляется как эстетическое воспитание средствами хореографии, так и воспитание личности в целом. Выработка этих качеств – сложная и неоднозначная задача, требующая учета очень много моментов, среди которых – и общие закономерности, и конкретные особенности, возникающие в рабочей обстановке.

Название раздела	Количество часов		
	2 год		
	теория	практика	Общее количество часов
Музыкальная азбука	7	5	12
ОФП	15	37	52
Элементы классического танца	15	47	62
Народный танец	10	33	43
Современный танец			
Актёрское мастерство	5	15	20
Постановочная и репетиционная работа.		30	30
Итого:	218		

## **Вводный урок.**

### **Раздел №1. Музыкальная азбука**

1. Характер музыки.
2. Музыкальные характеристики. Темп.
3. Музыкальные характеристики. Ритм.
4. Метроритмический акцент. Сильная доля в музыке.
5. Динамические оттенки в музыке (форте, пиано). Характер исполнения.
6. Основы нотной грамоты. Длительности нот.
7. Балет.
8. Опера.
9. Симфония.
10. История танца. Сюжет танца.
11. Либретто.
12. Музыкальный размер.

### **Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка)**

1. Осанка. Упражнения на формирование осанки
2. Походка. Положение корпуса.
3. Прыжки. «Разножка».
4. Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
5. Движение. Работа мышц.
6. Танцевальный шаг.
7. Танцевальный бег.
8. Галоп. Правила исполнения.
9. Галоп. Комбинации.
10. Трамплинные прыжки. Правила исполнения.
11. Трамплинные прыжки. Разновидности.
12. Прыжки. «Лягушка».
13. Тренировочные упражнения на разогрев мышц.
14. Тренировочные комбинации. Разучивание.
15. Стретчинг. Основные понятия о растяжках.
16. Стретчинг. Виды.
17. Подскоки. Правила исполнения.
18. Подскоки. Разновидности. Отработка.
19. Выносливость. Упражнения на выработку выносливости.
20. Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам.

21. Постановка стопы. «Подъём и птичка».
22. Стопа. Упражнения на формирование стопы.
23. Координация. Упражнения на развитие координации.
24. Координация. Значение.
25. Выворотность. Анатомическое строение. Возможности.
26. Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.
27. Равновесие. Устойчивость. Значение.
28. Равновесие. Правила и способы сохранения равновесия.

Упражнения на развитие устойчивости.

29. Танцевальная связка.
30. Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения
31. Связываем движения.
32. Мышечный тонус. Расслабляющая гимнастика.
33. Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения.
34. Большие броски. Правила исполнения, лёжа на полу.
35. Большие броски. Отработка.
36. Шпагат. Упражнения на растяжку.
37. Акробатические элементы. Колесо. Отработка.
38. Шпагат. Разновидности.
39. Гимнастические элементы. «Лягушка», «Корзинка».
40. Кувырки. Правила исполнения.
41. Гимнастические элементы. «Мост».
42. Перекаты. Правила исполнения.
43. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение разминочных комбинаций.
44. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций.
45. Контрольный урок по ОФП за год.

### **Раздел №3. Элементы классического танца**

1. История классического танца.
2. Классический танец. Характерные особенности.
3. Основные позиции рук в классическом танце.
4. Основные позиции ног в классическом танце.
5. План танцевального класса.
6. Постановка корпуса.
7. Demi- Plie лицом к станку. Правила исполнения
8. Demi- Plie лицом по I и II позициям.повторение.

9. Battement tendu лицом к станку из 1 позиции. Правила исполнения.

10. Battement tendu. Повторение. Отработка.

11. Demi- Plie по V позиции.

12. Grand-Plie по I и II позициям.

13. Battement tendu вперед и назад.

14. Double battement tendu. Правила исполнения.

15. Allegro. Общее представление.

16. Saute по I и II позициям. Правила исполнения.

17. Battement tendu из V позиции в сторону.

18. Работа рук в классическом танце. Port de bras.

19. Battement tendu из V позиции вперед и назад.

20. Работа рук в классическом танце. Первое Port de bras.

21. Работа рук в классическом танце. Третье Port de bras.

22. Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения.

23. Работа рук в классическом танце. Второе Port de bras.

24. Passe par terre. Повторение. Отработка.

25. Контрольный урок по классическому танцу за I полугодие.

26. Battement tendu jete. Отработка техники.

27. Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения.

28. Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Правила исполнения.

29. Sur le sou-de-pied (условное вперед, условное сзади).

30. Battement tendu jete. Правила исполнения.

31. Battement fondu в сторону. Правила исполнения.

32. Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения.

33. Sur le sou-de-pied (основное - обхватное).

34. Battement frappe. Правила исполнения.

35. Pas de bourre. Правила исполнения.

36. Balance. Правила исполнения.

37. Pas de bourre. Отработка техники исполнения.

38. Полуповороты. Правила исполнения.

39. Passe. Правила исполнения.

40. Battement releve lent. Отработка техники исполнения.

41. Battement developpe. Правила исполнения

42. Tours. Подготовка к турам. Отработка.

43. Полуповороты. Отработка.

44. Tours. Подготовка к турам. Правила.

45. Battement releve lent. Правила исполнения.
46. Battement developpe. Отработка техники исполнения.
47. Grand battement. Правила исполнения.
48. Grand battement. Отработка техники исполнения.
49. Allegro.Changement de pieds. Правила исполнения.
50. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement.  
(Epaulement croisee, Epaulement efface).

51. Allegro.Changement de pieds.Отработка.

52. Позы в классическом танце. Arabesques. Правила исполнения.

Виды.

53. Allegro. Pas Echarpe. Правила исполнения.

54. Повторение и отработка элементов классического танца.

55. Allegro. Повторение и отработка прыжков.

56. Повторение и отработка элементов классического танца у станка.

57. Повторение танцевальных комбинаций на середине зала.

58. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу.

Отработка комбинаций у станка.

59. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу.

Отработка прыжков.

60. Контрольный урок по классическому танцу за год.

#### **Раздел№4. Народный танец**

1. Русский народный танец. Характерные особенности. Жанры.

2. Постановка корпуса, рук в русском танце.

3. Основные положения рук и ног в русском танце.

4. Русские танцевальные ходы. Танцевальный шаг.

5. Русские танцевальные ходы. Хороводный шаг.

6. Русские танцевальные ходы. Переменный ход. Разновидности.

7. Русские танцевальные ходы. Переменный ход с pique.

8. Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере).

9. Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере).

Разновидности.

10. Элементы русского танца. Русский бег. Правила исполнения.

11. Русский бег с сосоком.

12. Элементы русского танца. Ёлочка.

13. Элементы русского танца. Гармошка

14. Элементы русского танца. Моталочка. Правила исполнения.

15. Элементы русского танца. Моталочка. Разновидности.

16. Элементы русского танца. Припадание. Правила исполнения.

17. Элементы русского танца. Упадание. Правила исполнения.
18. Элементы русского танца. Притопы. Одинарный притоп.
19. Элементы русского танца. Тройной притоп.
20. Элементы русского танца. Двойная дробь. Отработка.
21. Элементы русского танца. Одинарная дробь. Комбинация.
22. Элементы русского танца. Соскоки. Правила исполнения.
23. Элементы русского танца. Соскоки. Разновидности.
24. Элементы русского танца. Дробные ходы.
25. Элементы русского танца. Дробные ходы. Разновидности.
26. Элементы русского танца. Одинарная дробь.
27. Элементы русского танца. Двойная дробь. Техника исполнения.
28. Элементы русского танца. Верёвочка. Правила исполнения.
29. Элементы русского танца. Верёвочка. Разновидности.
30. Элементы русского танца. Присядка. Правила исполнения.
31. Элементы русского танца. Присядка. Виды.
32. Элементы русского танца. Хлопушка. Правила исполнения.
33. Элементы русского танца. Хлопушка. Комбинации.
34. Элементы русского танца. Вращения. Правила исполнения.
35. Подготовка к контрольному уроку по русскому танцу.
36. Повторение и отработка элементов русского танца.
37. Разучивание этюда в русском характере.
38. Повторение и отработка элементов русского танца.
39. Повторение танцевальных комбинаций в русском характере.
40. Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег»
41. Контрольный урок по русскому танцу за год.

## **Раздел №5. Актерское мастерство**

1. Инсценирование песни.
2. Импровизация с предметом (на выбор).
3. Танец с воображаемым предметом.
4. Оригинальность. Танец с воображаемым предметом.
5. Образ. Выразительность. Изобразительность в танце.
6. Образный танец.
7. Танец под любимую песню.
8. «Сапоги пошли в пляс». Импровизация с предметом.
9. Импровизация в ограниченном пространстве.
10. Импровизация с пространством.
11. Маска 1.
12. Маска 2. Работа с маской.

13. Я балетмейстер.
14. В роли постановщика.
15. Музыка мне подсказала. Генерирование идей.
16. Музыка мне подсказала. «Рождаются движения».

### **Раздел №6. Постановочная и репетиционная работа**

1. Постановка танца
2. Повторение и отработка танца.
3. Репетиция танца.

### **Заключительное занятие «Подведение итогов за год»**

### **Третий год обучения**

Сохраняя и развивая навыки и умения, полученные во втором классе практические занятия третьего класса продолжают формирование фундаментальных основ танцевального исполнительства, ставя задачей: развитие силы стопы, укрепление стопы, развитие устойчивости, овладение начальными приемами исполнения прыжков, подготовку начал координации и танцевальности путем введения в экзерсис более сложных элементов.

Меняется отношение к музыке за счет понимания ее структурного построения, ритмического рисунка. Появляется предмет современный танец.

Наряду с новыми движениями очень полезно повторять движения проученные во втором классе в чистом виде, проверяя правильность их исполнения. Движения, появляющиеся впервые в программе третьего класса изучают сначала в чистом виде.

Название раздела	Количество часов		
	3 год		
	теория	практика	Общее количество часов
Музыкальная азбука	7	3	10
ОФП	10	32	42
Элементы классического танца	15	49	64
Народный танец	7	27	34
Современный танец	10	20	30
Актёрское	4	6	10



мастерство			
Постановочная и репетиционная работа.		30	30
Итого:	218		

### **Вводный урок.**

#### **Раздел №1. Музыкальная азбука**

1. Основы нотной грамоты.
2. Строение музыкальной речи. Такт, фраза, предложение.
3. Мелодия.
4. Метроритм, метроритмический акцент. Музыкальный размер.
5. Стил в музыке. Закрепление.
6. Вокальные жанры.
7. Инструментальные жанры.
8. Танцевальные жанры.
9. Стил в музыке.
10. Танцевальная музыка.

#### **Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка)**

1. Танцевальный шаг.
2. Осанка. Упражнения на формирование осанки. «Сфинкс»
3. Походка. Положение корпуса.
4. Спортивная ходьба.
5. Комбинация «Галоп со сменой».
6. Гимнастические элементы: «лягушка», «корзинка», «мост (основной вид)».
7. Танцевальный бег с вытянутой стопой, с захлестом, острый бег.
8. Гимнастические элементы. Мост. Виды.
9. Стретчинг. Правила растяжки.
10. Стретчинг. Складки.
11. Стретчинг. Шпагат. Виды.
12. Стопы. Упражнения на формирование стопы.
13. Стопы. Постановка стопы. «Птичка». Работа стопы
14. Повторение танцевальных комбинаций
15. Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.
16. Выворотность. Анатомическое строение.
17. Пресс. Укрепление брюшного пресса.

18. Координация. Упражнения на развитие координации.
19. Трамплинные прыжки с продольной разножкой.
20. Расслабляющая гимнастика.
21. «Шаг». Упражнения на развитие шага.
22. «Большие броски». Правила исполнения. Виды.
23. Трамплинные прыжки с поджатыми ногами.
24. Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам.
25. Комбинации с продвижением по диагонали.
26. Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения.
27. Акробатические элементы «Колесо».
28. Акробатические элементы. Кувырки и перекаты.
29. Устойчивость. Упражнения на выработку устойчивости.
30. Вращения.
31. Равновесие. Устойчивость. Значение.
32. Прыжки с продвижением по диагонали.
33. Перекидной прыжок.
34. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение разминочных комбинаций.
35. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций.
36. Контрольный урок по ОФП за год.

### **Раздел №3. Элементы классического танца**

1. Классический танец. Вводное занятие.
2. Великие деятели балетного искусства.
3. Постановка корпуса (на середине, у станка).
4. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. (Epaulement croisee, Epaulement efface).
5. Demi- Plie лицом к станку. Повторение.
6. Battement tendu лицом к станку. Повторение.
7. Demi- Plie 1 рукой за палку.
8. Battement tendu крестом.
9. Grand-Plie по I и II позициям.
10. Double battement tendu.
11. Работа рук в классическом танце. 1 и 2 Port de bras.
12. Перегибы корпуса. Правила исполнения.
13. Перегибы корпуса. Отработка.

14. Работа рук в классическом танце. 3 Port de bras.
  15. Battement tendu jete лицом к станку.
  16. Passe par terre.
  17. Battement tendu jete крестом.
  18. Demi-Rond. (En dehors, En dedans)
  19. Rond de jambe par terre. (En dehors, En dedans) Правила исполнения.
  20. Элементы классического танца. Pas de bourre. Balance.
  21. Sur le sou-de-pied (основное – обхватное, условное впереди, условное сзади).
  22. Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения.
  23. Battement frappe. Отработка техники исполнения.
  24. Battement fondu одной рукой за палку.
  25. Battement double frappe. Правила исполнения.
  26. Rond de jambe en l'air. Правила исполнения.
  27. Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие.
  28. Passe. Отработка техники исполнения.
  29. Allegro. Saute, Changement de pieds, Pas Echarpe.
- Повторение.
30. Полуповороты на двух ногах. Повторение.
  31. Подготовка к турам.
  32. Battement developpes. Отработка техники исполнения.
  33. Allegro. Saute, Changement de pieds, Pas Echarpe. Отработка техники исполнения.
  34. Полуповороты на двух ногах. Отработка техники исполнения.
  35. Tours (En dehors, En dedans).
  36. Battement releve lent. Повторение.
  37. Grand battement. Повторение.
  38. Battement releve lent. Отработка техники исполнения.
  39. Grand battement крестом. Отработка техники исполнения.
  40. Работа рук в классическом танце. 4 и 5 Port de bras.
  41. Позы в классическом танце. Arabesques (1,2).
  42. Allegro. Pas glissade. Правила исполнения.
  43. Tours en dedans с продвижением по диагонали. Правила исполнения.
  44. Работа рук в классическом танце. 6 Port de bras.
  45. Позы в классическом танце. Arabesques (3, 4).
  46. Allegro. Pas glissade. Отработка.

47. Tours en dedans с продвижением по диагонали. Отработка техники исполнения.
48. Allegro. Pas assemble. Правила исполнения.
49. Temps lie. Правила исполнения.
50. Allegro. Sissonne simple.
51. Temps lie. Отработка техники исполнения.
52. Allegro. Pas Emboite. Правила исполнения.
53. Allegro. Pas chasse. Правила исполнения.
54. Allegro. Pas de chat.
55. Повторение и отработка элементов классического танца.
56. Allegro. Повторение и отработка прыжков.
57. Повторение и отработка элементов классического танца у станка.
58. Повторение танцевальных комбинаций на середине зала.
59. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка комбинаций у станка.
60. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка прыжков.
61. Контрольный урок по классическому танцу за год.

#### **Раздел №4. Народный танец**

1. Танцы народов мира.
2. Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере).
3. Русские танцевальные ходы. Разновидности.
4. Русский бег. Бег с соскоком.
5. Элементы русского танца. Ёлочка, гармошка, моталочка.
6. Элементы русского танца. Припадание, упадание.
7. Элементы русского танца. Притопы: одинарный, тройной.
8. Элементы русского танца. Соскоки. Виды.
9. Элементы русского танца. Дроби. Одинарная дробь. Двойная дробь.
10. Элементы русского танца. Дробные ходы.
11. Элементы русского танца. Ключ. Правила исполнения. Виды.
12. Разучивание этюда в русском характере.
13. Элементы русского танца. Верёвочка.
14. Элементы русского танца. Присядка. Хлопушка.
15. Элементы русского танца. Вращения.

16. Элементы русского танца. Ключ. Отработка.
17. Украинский народный танец. Характерные особенности.
18. Элементы украинского танца. Бигунец.
19. Элементы украинского танца. Тынок, выхилиясник.
20. Элементы украинского танца. Верёвочка, голубец.
21. Разучивание этюда в украинском характере.
22. Белорусский народный танец. Характерные особенности.
23. Элементы белорусского танца. Соскоки. Виды соскоков.
24. Элементы белорусского танца. Поскоки по VI позиции.
25. Элементы белорусского танца. Поскоки с тройным переступанием.
26. Разучивание этюда в белорусском характере.
27. Повторение и отработка элементов русского, белорусского и украинского танцев.
28. Повторение танцевальных комбинаций в русском характере.
29. Повторение и отработка элементов украинского и белорусского танцев.
30. Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег»
31. Подготовка к контрольному уроку по народному танцу.
32. Контрольный урок по народному танцу за год.

### **Раздел №5. Современный танец.**

1. История возникновения и развития джазового танца и танца модерн.
2. Flex, point. Техника исполнения.
3. Основные позиции рук и ног в современном танце.
4. Центр тяжести. «Catch step». Перенос центра тяжести.
5. Roll up, roll down. Техника исполнения.
6. Worms. Волны. Техника исполнения.
7. Современный танец. «Изоляция». Техника исполнения.
8. Скручивания. Спирали. Техника исполнения.
9. Swings. Виды swings. Техника исполнения.
10. Jump. Техника исполнения. Виды.
11. Kick. Техника исполнения. Виды.
12. Разучивание комбинации «Plie» в технике модерн танца.
13. Разучивание комбинации «Battement tendu» в технике модерн танца.

14. Положения корпуса в современном танце: contract, arch, tilt, spiral.
15. Разучивание комбинации «Rond de jambe par terre» в технике джазового танца.
16. Turns. Правила исполнения.
17. Основные элементы джазового танца. Ball change, chasse.
18. Основные элементы джазового танца. Drag.
19. Разучивание комбинации «Grand battement» в технике джазового танца.
20. Основные элементы джазового танца. Slide.
21. Основные элементы джазового танца. Вращения с продвижением по диагонали.
22. Основные элементы джазового танца. Комбинации с продвижением по диагонали.
23. Повторение и отработка основных комбинаций джазового танца и танца модерн.
24. Hip-hop. Характеристика стиля. Основные направления.
25. Hip-hop танец. Дорожка. Техника исполнения.
26. Hip-hop танец. Фармер. Техника исполнения.
27. Hip-hop. Тройной шаг.
28. Hip-hop. Переходы. Отскоки
29. Повторение и отработка танцевальных комбинаций

#### **Раздел №6. Актерское мастерство**

1. Импровизация с воображаемым предметом.
2. Танец в пространстве с воображаемой границей.
3. Маска.
4. Изобразительность в танце.
5. Позировки. «Необычная фотография».
6. Образный танец.
7. Стилизация движений.
8. «Связываем движения»
9. «Я балетмейстер».

#### **Раздел №7. Постановочная и репетиционная работа**

1. Постановка танца
2. Повторение и отработка танца.
3. Репетиция и постановка танца.

#### **Заключительное занятие «Подведение итогов за год»**

## Содержание программы

Данная программа предполагает изучение основных движений и комбинаций классического народного и современного танцев, элементов музыкальной выразительности, развитие умений свободно ориентироваться в пространстве сценической площадки, исполнять хореографический материал на достаточно высоком уровне. Кроме того, программа нацелена на развитие творческих способностей, художественного воображения, ассоциативной памяти, артистичности, эмоциональной выразительности, координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание в процессе занятий и постановочной работы. На занятиях по данной программе у детей повышается культурный уровень и расширяется кругозор. Воспитывается трудолюбие, культура взаимоотношений и общения в процессе постановочной - репетиционной и концертной деятельности объединения.

### **I раздел «Музыкальная азбука»**

Данный раздел включает в себя изучение музыкальной азбуки и знакомство с основными понятиями:

1. характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
2. динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стоккато);
3. строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
4. эмоциональная выразительность.

В процессе второго года обучения, полученные ранее понятия, расширяются и закрепляются.

Третий год обучения продолжает закрепление пройденного материала на более сложных примерах.

### **II раздел «Общая физическая подготовка»**

Раздел включает комплекс физических упражнений, гимнастических и акробатических элементов необходимых для укрепления и формирования различных групп мышц. Кроме того, каждый урок ОФП пронизан элементами стретчинга. Все упражнения даются в виде танцевальных комбинаций.

### **III раздел «Элементы классического танца»**

Данный раздел включает в себя знакомство с балетным искусством (видео, беседы, поездки в театр). Понятие о жанрах хореографии. Практические занятия предполагают выработку осанки, опоры, выворотности. эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, координации движений, развитие устойчивости.

Последовательность упражнений (экзерсис) у станка, на середине зала и увеличение силовой нагрузки на каждый год обучения педагогом определяется в соответствии с уровнем природных способностей и физического развития воспитанников. Материал усложняется только в том случае, когда дети хорошо освоили предыдущий.

Изучение классического танца начинается с постановки корпуса, освоения основных позиций. Далее последовательно с усложнением дети изучают все элементы у станка и на середине. Необходимо тщательно подбирать музыкальное сопровождение занятий.

Одной из важнейших задач педагога-хореографа является исправление дефектов осанки, если они обнаружатся (кифоз, лордоз, сколиоз). неправильным.

#### **IV раздел «Народный танец».**

В данном разделе изучаются характерные особенности русского народного танца. Дети знакомятся с основными жанрами русского танца (видео, беседы, выезды на концерты, фестивали). Практическое освоение начинается с изучения характерных положений рук и ног, танцевальных ходов. В начале дети осваивают основные элементы русского танца в чистом виде, а затем в виде танцевальных комбинаций. Усложнение материала зависит от уровня подготовки и природных способностей воспитанников.

Раздел включает теоретические и практические занятия. Изучение танцев других народов начинается с третьего года обучения, когда дети уже имеют представление о русском танце. На третьем году обучения дети осваивают особенности белорусского, украинского танца и танцы народов Прибалтики. Занятия включают характерный тренаж (станок) и танцевальный репертуар.

#### **V раздел «Современный танец»**

Современный танец вводится на третьем году обучения, когда у детей поставлен корпус, и они хорошо ориентируются в пространстве. На первых занятиях по современному танцу дети овладевают техникой расслабления и напряжения мышц. В данном разделе изучаются элементарные техники джазового танца и контемптори. Дети узнают историю возникновения и становления современного танца, а также характерные особенности (видео, рассказы, беседы, концерты). Занятия начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации. Затем изучаются основные элементы, которые соединяются в танцевальные комбинации.



## **VI раздел «Актерское мастерство»**

Цель занятий по данному разделу направлены на развитие игрового поведения, эстетического чувства, способности творчески относиться к любому делу, уметь общаться со сверстниками и взрослыми людьми в различных жизненных ситуациях. Использование упражнений на развитие выдержки, согласованности действий, тренировку зрительного и слухового внимания, наблюдательности, быстроты реакции, фантазии.

На занятиях дети учатся раскрепощаться, импровизировать, фантазировать.

## **VII раздел «Постановочная и репетиционная работа»**

Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и способствует развитию творческих и актерских способностей воспитанников, углубление понимания содержательности танцевального образа. В ходе постановочной работы, на репетициях воспитанники осваивают музыкально-танцевальную природу искусства, развивается творческая инициатива детей воображение, умение передать музыку и содержание образа движением. Подготовка учащихся к концертному выступлению дает возможность личностному росту воспитанников. Темы сценических постановок должны соответствовать интересам детей, их возрастным особенностям, отражая в танцевальной форме круг жизненных явлений, включая мир природы, школы, героев литературы, сказок и песен, а также хореографических номеров, передающих характер музыки, ее настроение.

## **Методическое обеспечение программы**

Для реализации программы необходимы видео- и аудио- пособия по хореографическому искусству, разработки сценариев праздников, внеклассных мероприятий и т.д.

### **Материально-технические:**

1. аппаратура: аудио - и видеотехника, проектор, фотоаппарат, CD и DVD диски, акустическая система для проведения концертов;
2. просторное помещение, оборудованное специальными станками и зеркалами, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям, мебель.

## **Примеры тренировки внимания**

1. Предложите ученикам рассмотреть знакомый предмет и затем, отвернувшись, подробно его описать. От раза к разу дети успевают рассмотреть предмет за более короткий отрезок времени, а описывают его более подробно. Так развивается концентрация внимания.

2. Для развития звукового внимания даются задания определить шумы и звуки внутри класса (зала), за дверью в коридоре, на улице, в соседнем помещении и затем выделить из массы звуков именно те, которые присущи указанному месту. Можно попытаться угадывать конкретные звуки, степень их дальности, анализировать их характер. Дети внимательно слушают и слышат любые звуки и даже с легкостью могут сказать, кому они принадлежат.

3. Полезно давать задания на быстрое переключение внимания с одного предмета на другой (с ближнего на дальний и наоборот). Например: рука, окно, туфли, дверь и т. д.

4. Интересным упражнением будет переключение внимания со зрительного на слуховое или осязательное. Например: зеркало, звук с улицы, ткань костюма, фортепиано, звук в соседнем классе, линии ладони и т. д.

Такие упражнения, являющиеся азбукой актерского мастерства, в игровой форме научат детей концентрировать внимание, сосредотачиваться, когда это необходимо. Конечно, не следует чрезмерно увлекаться подобного рода упражнениями, они скорее являются подсобными и могут применяться в конце урока, когда дети утомлены и нужны особые меры, чтобы оживить внимание и восприятие.

## **Примеры игровых этюдов**

«Песенка крокодила Гены» — вариант пластического решения знакомой песни. Игровая ситуация: крокодил Гена сидит и ждет гостей, которые по неизвестной причине опаздывают. Его музыкально-пластические действия:

- посмотрели вправо, повернув голову и корпус, вернулись в исходное положение (прямо);
- посмотрели влево, вернулись в исходное положение;
- никого не увидели (поднимаем плечи, затем разводим руки в стороны), на лице недоумение (брови приподняты, губы опущены вниз).

Может, мы плохо глядели? Может, нам лучи солнца помешали? Повторяем движения в правую и левую сторону, каждый раз прикладывая ладонь ко лбу козырьком, словно защищаясь от солнечных лучей. Опять никого не увидели.

От расстройства «плачем», прикрыв лицо ладонями (пальцы слегка разводим). Делая вид, что плачем, качаемся всем телом сверху вниз и громко «рыдаем». Затем разводим руки в стороны перед собой (как бы обращаясь к зрителям). «Не верите? Да вы присмотритесь, у меня текут слезы ручьем!» Для этого поднимаем указательный палец правой руки (остальные пальцы собраны в кулак), наклоняем голову то вправо, то влево, одновременно показываем «слезную дорожку», проводя пальцем от края глаза к губам. Делаем то же самое левой рукой. Собираем слезы сначала в левую ладошку, затем в правую — получаются две горсти «слез», даже боимся их расплескать. Но взмахом обеих рук вверх мы изображаем капли дождя, разбрызгивая «слезы» (активно шевелим кистями поднятых рук), и в конце этюда подставляем стопы «дождю», размахивая ногами и руками.

Этюд-шутка решает двойную задачу: различные движения сочетаются с эмоциями, настроением и не разрушают способность ребенка играть и верить в то, во что он играет.

«Я - чайник» — этюд, способствующий вентиляции легких. Упражнение можно выполнять стоя и сидя. Правая рука ладонью лежит на талии (ручка чайника), левая рука, согнутая в локтевом суставе, отведена в сторону, кисть опущена вниз, пальцы собраны (носик чайника). Условия — в полную силу грудной клетки набрать воздух (вдох), задержать дыхание как можно дольше, затем резко, шумно вытолкнуть воздух из легких (выдох) и расслабиться. Затем повторить все снова. Вариант этого этюда: предложите детям в конце музыкальной фразы изобразить разбившийся чайник, т. е. превратиться в «лужицу» (постепенная релаксация до полного расслабления мышц).

### **Этюды на развитие актерского мастерства**

- капля дождя, снежинка – в разных обстоятельствах: падающая, спокойно лежащая, крутящаяся в вихре и т.д.

- цветок, растение – их рождение, рост, существование в предлагаемых обстоятельствах: в саду, в комнате, в вазе.

Как правило, дети с большим желанием создают образы знакомых героев книг и мультфильмов на предложенную педагогом тему и музыку.

Позднее можно перейти к заданиям самостоятельной подготовки сольных и массовых этюдов. Главное – необходимо добиваться наиболее точного пластического выражения, услышанного в музыке.

### **Игры**

- «Лицо танцует» - на развитие мимики лица. Под музыку детям сперва предлагается танцевать только глазами, затем носом, губами, щеками, после все лицо танцует вместе.

- «Сидит дед...» - на закрепление постановки спины. Дети сидят на стульях, подобранных по росту. Ноги стоят на полу. Спина прижата к спинке стула. Педагог произносит: «Сидит дед, ему 100 лет». Дети выдвигают плечи вперед, округляя спину. Руки и шея расслаблены. На слова: «Нам – меньше. Мы сидим так» - дети напрягают мышцы спины и садятся ровно, не касаясь спинки стула. Игра повторяется 3-4 раза.

- «Пушинка» - для закрепления натянутости подъема. Все сидят на стульях. Спина ровная. Руки обхватывают стул сзади. Правая нога вытянута вперед.

- Педагог произносит: «Лети, лети, пушинка» - левая нога меняет правую в исходном положении; «Лети, пушинка ввысь» - правая нога меняет левую ногу; натянутый носок левой ноги меняет правую ногу; «Скорее покажись» - правая нога поднимается к левой в исходное положение. Игра повторяется несколько раз. После слова «Покажись!» дети заканчивают движение, сильно вытянув подъемы.

- «Ножки, ножки...» - для заучивания, закрепления позиций ног. Исходное положение – ноги в естественной позиции. Руки спрятаны за спину.

Все говорят, обращаясь к своим ножкам:

Ножки, ножки,

Мы начинаем движения.

Выучите, ножки,

Наши упражнения!

Первая позиция! Первая? – спрашивают. Первая! – отвечают.

Вторая позиция! – переводят правую ногу на 2ую позицию.

Вторая?

Вторая!

А третья позиция?

А третья позиция... - *переводят правую в 3 позицию.*

Очень непростая!

Эту игру можно использовать и при заучивании позиций рук.

## Беседы об искусстве

### Танец в Древней Греции. Происхождение танца. Танцевальные жанры.

Танцы были очень распространены у народов древнего мира. Танцующие стремились к тому, чтобы каждому движению, жесту, мимике выражали какую-нибудь мысль, действие, поступок. Выразительные танцы имели огромное значение и в быту и в общественной жизни. Очень часто празднеств начинались и сопровождалась плясками.

#### Происхождение танца

В начале был Хаос, не существовало никакого порядка. Без порядка не могло быть Гармонии, поэтому все было разрозненным, несоединенным. Потом, когда с течением времени, в природу пришло желание гармонии, выросшее из врожденной мудрости и любви, то постепенно стали возникать первые реальные контуры будущей Вселенной. Важным условием ее существования стало появление упорядоченного движения. Без которого не возможно возникновение ничего осмысленного. Именно тогда возникла необходимость в образовании того, что эллины впоследствии называли «ритмом» (слово произошло от глагола «ритмидзейн» - упорядочивать, приводить во взаимное соответствие).

Это соответствовало мифологическим представлениям, когда Хаос сменился ритмом, когда на небе появился «хоровод из звезд», представляющий собой совместное упорядоченное сплетение подвижных и неподвижных светил, их стройную общность – именно тогда появился танец. Потому что Вселенная и космос дают «образцы первоначального танца». Значит, танец пришел в мир вместе с порядком и богом любви Эротом, так как без любви не может совершиться ничего достойного.

Лукиан излагал общепринятый в античности взгляд, согласно которому танец – одно из самых прекрасных воплощений упорядоченности и красоты мира, поэтому танец считался таким же древним, как и мир. («О танце»)

Возникнув вместе с Вселенной, он уже не мог не принимать участие в делах, совершающихся в ней по воле судьбы и богов. Так с помощью танца был спасен Зевс – курыты танцевали вокруг Зевса, чтобы спасти его от Кроноса. Ритмичный топот их ног, стук щитов и мечей должны были заглушить плач младенца. По представлениям древних эллинов, пляска кууретов была первым из исполненных танцев на земле. Так как курыты-жрецы и курыты-воины олицетворяли важные стороны жизни народа, то их танец не мог быть только строгим, торжественным и величественным. Он стал прародителем многих воинских танцев Древней Эллады.

В Греции и Риме было ясно, что танец – дар богов. Ведь не каждый способен исполнять его так, чтобы окружающие восхищались танцорами. Не каждому удавалось с такой легкостью, изяществом и одухотворенностью делать стремительные и замедленные движения. Не каждый способен передать в танце то, что всем становится ясно без единого слова. Конечно, без Муз (покровительницы наук, поэзии и искусств) здесь не обошлось. Только эти богини наделяли человека способностью воплотить в танце то, что он запомнил из окружающей его жизни. Одной из античных мифических традиций считается, что Музы – дочери Мнемосины – богини памяти. Без их благословения достойный танец невозможен.

Таким образом, танец зародился вместе с космосом, был принят сначала богами, затем героями, а после – людьми.

Аполлон и музы были самими большими знатоками хоровода на Олимпе. Известно, что бог войны Арес обучался танцевальному искусству у бога плодородия, полей, садов, деторождения Приапа (Лукиан «О танце»). Не обходилось без танцев празднества в честь бога Диониса (Вакха) – вакханалии. Кроме того, в древние времена эллинов женщины в честь Аполлона и Артемиды исполняли особый танец «бариллика» (Паллукс IV). На щите для Ахилла бог-кузнец Гефест изобразил разные сцены из жизни богов, в том числе и танец.

Танцы в Древней Греции назывались хороводами, что не означало обязательного кругового построения. Гомер в «Илиаде» описывал гончарный круг, на котором девушки выписывали чудеса. В «Одиссее» Гомер описал танец Тесея, который он исполнил, победив Минотавра, у жертвенника на острове Делос («совершали чередования и кружения»). Этот танец до сих пор танцуют делосцы, называется он «журавль». Плутарх писал: «Друг за другом в линию, с большим числом они танцевали «журавль» - ведущие, имеющиеся с обеих сторон, воспроизводили выход из лабиринта. Впервые спутниками Тесея вокруг Делосского алтаря». Похож на «журавль» танец «лабиринт». Танец, рисунок которого представлял извилистую линию из цепочки юношей и девушек, назывался – «ожерелье». Подобное описание танцев можно встретить у Аристотеля, в трагедиях Эсхила, Софокла, Еврипида, комедиях Аристофана.

Сначала музыка, танец и слова были неотделимы друг от друга, в эпоху Гомера все изменилось. Певец звуками своего инструмента должен был не просто сопровождать танец, а сначала вызвать у людей желание танцевать.

Танцевальные жанры

Танец в Древней Греции играл не только эстетическую, но и воспитательную роль. Его преподавание было обязательным для всех

учебных заведений. Греческие философы Платон, Аристотель, Плутарх оставили в своих трудах первые хореографические термины. Платон («Законы») подразделил танцы на движения красивых тел, подражание возвышенному, и безобразных пороков. Таким образом, определились принципы градации танцев. Выделились культовые, общественные, пиррические (воинственные) и сценические (танец являлся важной составляющей греческого театра) танцы.

Безобразные пороки – это быстрые и зажигательные вакханические пляски панов, силенов и сатиров. Они доступны любым гражданам.

Возвышенные танцы – мирные и воинственные. Медленные, торжественные пляски посвящались Аполлону, богам Олимпа. Пиррические танцы преподавали в школах Древней Спарты, приравнивая их к общефизической подготовке будущих воинов.

Сценические танцы исполнялись в театральных спектаклях свободными гражданами, которых называли хореватами. Афиней писал: «Существует три танца сценической поэзии – трагический, комический, сатиров и три танца лирической поэзии: пирриха, гимнопедический, гипорхематический». Эвмелии исполнялись в трагедиях, кордакс – в комедии, сикинида – в сатире.

Культура Древнего Рима впитала в себя греческое танцевальное искусство периода эллинизма, когда главенствующим в танце становится развлекательное начало. Танец был чрезвычайно распространен, поскольку не знал языкового барьера и не требовал перевода, и стал одной из причин возникновения нового жанра – пантомимы. В эпоху императорского Рима появляются примеры грандиозных массовых зрелищ – пиррих, которые устраивались в Колизее, вмещавшем до 50 тысяч зрителей.

Впоследствии, Айседора Дункан (американская танцовщица, одна из основоположниц танца модерн) отрицала классический танец и выдвигала принцип общедоступности танцевального искусства, опираясь на древнегреческую традицию танца. Дункан заимствовала греческую пластику, стремилась слить воедино танец и музыку. Ее идеи поддержали Франсуа Дельсарт, Эмиль Жан-Далькроз.

ПАВЛОВА Анна Павловна (по другим источникам, Матвеевна) [31 января (12 февраля) 1881, Петербург — 23 января 1931, Гаага], русская балерина, с которой начался классический балет 20 века; педагог, постановщик, продюсер.

Первые шаги в балете



Родилась в семье солдата и прачки (по другим источникам, внебрачная дочь еврейского банкира). В пятилетнем возрасте Павлова увидела в Мариинском театре балет «Спящая красавица», который и решил ее судьбу. В 1891 поступила на балетное отделение Петербургского театрального училища, где занималась у Е. О. Вазем, П. А. Гердта. В 1899, по окончании училища, была принята в труппу кордебалета Императорского балета Мариинского театра. Высокая, стройная, с удлиненными по форме руками и ногами с высоким подъемом, в юности она не владела виртуозной техникой, не обладала «стальным носком». Чтобы исполнять партии, созданные М. И. Петипа для итальянских виртуозок, Павлова занималась частным образом с Э. Чекетти в Петербурге и с К. Беретта в Милане. В 1906 стала балериной, хотя и до того исполняла балеринские партии — Никию в «Баядерке» (1902), Жизель (1903), Пахиту и Медору в «Корсаре» (1904), Китри в «Дон Кихоте» (1905). В то же время воздушная, «сульфидная» Павлова благодаря природному темпераменту с огромным успехом танцевала испанские и демихарактерные партии классического репертуара (уличная танцовщица в «Дон Кихоте», панадерос в «Раймонде»).

#### Содружество с Фокиным

Индивидуальность балерины, стиль ее танца, парящий прыжок натолкнули ее партнера, будущего знаменитого хореографа М. М. Фокина на создание «Шопенианы» на музыку Ф. Шопена (1907). Это — стилизации в духе изящной ожившей гравюры эпохи романтизма. В этом балете она танцевала мазурку и Седьмой вальс с В. Ф. Нижинским (Юноша). Летящий арабеск Павловой художник В. А. Серов увековечил на афише к первым «Русским сезонам» в Париже (1909).

Павлова была не только прекрасной актрисой психологического театра, предложившей новое прочтение классических партий балетов 19 в., но и неоромантической балериной, тонко чувствующей стилистические особенности каждой постановки. Для нее Фокин сочинил знаменитого «Умиряющего лебедя» на музыку К. Сен-Санса. Она танцевала в его «Павильоне Армиды» Н. Н. Черепнина, в «Египетских ночах» (оба 1907). Не помышляя о новаторстве и низвержении эстетики прошлого, одним своим обликом, манерой танца она реформировала балет, изменила отношение к нему во всем мире. Эгоцентричная, очень трудоспособная, несмотря на внешнюю ранимость, предприимчивая — после триумфов в Париже в 1910 Павлова во главе собственной труппы отправилась в кругосветное балетное турне, выступая в самых отдаленных уголках мира с такими великолепными партнерами-москвичами, как М. М. Мордкин (с которым Павлова находилась в интимных отношениях несколько лет) и Л. Л. Новиков. Продюсером и

администратором труппы стал ее муж В. Дандре (в течение некоторого времени они скрывали свои матримониальные отношения). В труппе танцевали не только русские исполнители.

В последние годы

В 1912 Павлова, осев в Англии, купила дом «Айви-Хауз» (в Хэмпстеде, в одном из районов Лондона), где проводила короткий отпуск. Она обожала зверей, птиц, цветы, которых всегда было много в ее доме. В своей студии балерина начала обучать английских детей балетному искусству, в дальнейшем они вошли в состав ее труппы (своих детей у нее не было). Тоскуя по большим классическим спектаклям императорской сцены, во время бесконечных гастролей она была вынуждена танцевать миниатюры или небольшие балеты, которые для нее сочинял или возобновлял балетмейстер Н. И. Хлюстин («Коппелия», «Тщетная предосторожность», «Фрески Аджанты», «Фея кукол», «Гавот», русский танец и др.), Павлова поставила для себя ряд импрессионистических бесхитростных номеров, которые производили огромное впечатление только в ее проникновенном и элегантном исполнении («Калифорнийский мак», «Хризантема», «Осенние листья», «Японская бабочка», «Умирающая роза» и др.). Многие ее миниатюры были созданы под воздействием танцев народов мира, которыми она интересовалась во время многочисленных путешествий. Эта хрупкая на вид женщина была неутомима. Она снималась в кино, в частности, сыграла Фенеллу в немом фильме «Немая из Портиччи» (1930). Раритетной является кинозапись, запечатлевшая Павлову в «Умирающем лебедь». Это был самый любимый ее номер. «Приготовьте мой костюм Лебедя» — сказала она перед смертью, пытаясь перекреститься, словно перед выходом на сцену. Символично, что она ушла из жизни в 50 лет мировой знаменитостью на исходе карьеры. Жизнь без танца была ей не нужна.

Павлова уникальна. Она не имела громких званий, не оставила ни последователей, ни школы. После ее смерти была распущена ее труппа, распродано имущество. Осталась только легенда о великой русской балерине Анне Павловой, именем которой названы призы и международные премии. Ей посвящены художественные и документальные фильмы («Анна Павлова», 1983 и 1985). Французский балетмейстер Р. Пети поставил балет «Моя Павлова» на сборную музыку. Номера ее репертуара танцуют ведущие балерины мира. А павловский «Умирающий лебедь» увековечен в исполнении Галины Улановой, Ивет Шовире, Майи Плисецкой.

ПЛИСЕЦКАЯ Майя Михайловна (р. 20 ноября 1925, Москва),  
российская балерина, балетмейстер. Народная артистка СССР (1959). Герой

Социалистического Труда (1985). Премия Анны Павловой (1962, Париж), Ленинская премия (1964). Награждена французскими орденами Командора (1984) и Почетного легиона (1986). Доктор Сорбонны (1985).

#### Небезоблачное начало

Родилась в семье крупного организатора советской промышленности и актрисы немого кино Рахиль Мессерер, сестра и брат которой, Суламифь и Асаф Мессереры, были профессиональными танцовщиками. В 1930-40-е гг. они оба танцевали в качестве ведущих солистов Большого театра, а затем стали великолепными педагогами. Наверное, от них унаследовала маленькая Майя страсть к танцу. Детство балерины частично прошло на Шпицбергене, куда ее отец был назначен генеральным консулом и начальником угольных рудников. В 1937 отец и мать были репрессированы (впоследствии отец расстрелян, мать отправлена в лагерь). Майю воспитывала тетка С. Мессерер, которая привела ее в Хореографическое училище. После его окончания в 1943 Плисецкая была принята в Большой театр и очень быстро стала его ведущей балериной.

#### Прима-балерина Большого театра

В 1945 стала первой исполнительницей партии феи Осени («Золушка» С. С. Прокофьева, 1945), затем в 1959 с огромным успехом исполнила партию Хозяйки Медной Горы в балете «Каменный цветок» того же автора (балетмейстер Ю. Н. Григорович). Среди лучших ее ролей: Мехменэ Бану («Легенда о любви» А. Д. Меликова, балетмейстер Григорович, 1965), Кармен («Кармен-сюита» Ж. Бизе — Р. К. Щедрина, балетмейстер Альберто Алонсо, 1967), Раймонда («Раймонда» А. К. Глазунова), Одетта-Одиллия («Лебединое озеро» П. И. Чайковского), Зарема («Бахчисарайский фонтан» Б. В. Асафьева), Китри («Дон Кихот» Л. Ф. Минкуса), Аврора («Спящая красавица» Чайковского), Царь-Девушка («Конек-Горбунок» Р. К. Щедрина), Джульетта («Ромео и Джульетта» Прокофьева).

Выступала в спектаклях зарубежных трупп: «Гибель Розы» (часть балета «Сад любви», Марсельский балет, 1973); «Болеро» (1975), «Айседора» (первая исполнительница, 1976), «Леда и Лебедь» («Балет XX века», Брюссель, 1979); «Федра» (Балетная труппа театра г. Нанси, 1984; театр «Одеон», Париж, 1985; Римская опера, 1985), «Эль Ренидеро» (театр «Колон», Буэнос-Айрес, 1990).

Плисецкая проявила себя и в качестве талантливого балетмейстера, она поставила балеты: «Анна Каренина» Щедрина (1972, совместно с Н. И. Рыженко и В. В. Смирновым-Головановым, Большой театр; Плисецкая — первая исполнительница главной партии), «Чайка» Щедрина (1980, Большой театр; Плисецкая — первая исполнительница главной партии), «Раймонда»

А. К. Глазунова (1984, Оперный театр в Термах Каракаллы, Рим), «Дама с собачкой» Щедрина (1985, Большой театр; Плисецкая — первая исполнительница главной партии).

#### «Лед и пламень»

В 1983-84 являлась художественным руководителем балетной труппы Римской оперы, в 1988-90 — балетной труппы «Театро лирико националь» (Мадрид), где возобновила балет «Тщетная предосторожность» П. Гертеля и выступила в спектаклях «Кармен-сюита» и «Мария Стюарт» на музыку Э. де Диего. В 1992 в театре «Эспас Пьер Карден» состоялась премьера балета «Безумная из Шайо» Щедрина, где балерина исполнила главную партию.

Плисецкая — универсальная балерина, обладающая редчайшей индивидуальностью и незаурядным сценическим темпераментом. Ей подвластны любые партии: от утонченных лирических героинь (Одетта, Аврора, Лебедь) до острохарактерных, мятущихся героинь (Мехменэ Бану, Кармен, Зарема). Несмотря на свои исключительные данные — большой шаг, сильный и высокий прыжок, виртуозное вращение, необыкновенно гибкие, пластичные руки, красивую длинную шею — перед ней в первую очередь всегда вставала задача проникновения во внутренний образ героини, и это ей почти всегда удавалось. В ней удивительно сочетается яркость эмоциональных контрастов с чистотой линий и совершенством форм.

#### Плисецкая и кино

Плисецкая, являясь многогранной творческой личностью, пробовала себя и в других видах искусства. Она снялась как драматическая актриса в художественных фильмах «Чайковский» (1970) и «Анна Каренина» (1975), создав яркие запоминающиеся образы. Ее хореографические работы запечатлены на пленку в таких фильма-балетах, как «Лебединое озеро» (1957), «Сказка о Коньке-Горбунке» (1961), «Кармен-сюита» (1978), «Дама с собачкой» (1986), «Фантазия» (по мотивам «Вешних вод» И. С. Тургенева, 1976).

Творчеству Плисецкой посвящены документальные фильмы «Майя Плисецкая» (1964; новая редакция 1981), кинофильм «Балерина» (1969), телефильм-концерт «Майя Плисецкая. Знакомая и незнакомая» (1987).

#### Бесстрашие истинного художника

По документальным фильмам, телевизионным передачам, репортажам, фотоальбомам Плисецкая неизменно предстает в ореоле постоянного успеха, с победной улыбкой на устах, с торжеством в сияющих глазах, утопающей в море цветов. Однако на ее долю выпало немало испытаний: в детстве — арест родителей, вынужденное сиротство; позднее — постоянный контроль за ее жизнью, долгий запрет на выезд за рубеж, непрекращающаяся борьба за

право быть самой собой с «властями» (будь то бдительное око КГБ, чиновники министерства культуры, руководство Большого театра).

Плисецкую всегда отличало бесстрашие — творческое и поведенческое. В самых сложных творческих и жизненных ситуациях Плисецкая отчаянно шла на риск, бросая вызов привычным представлениям об исполнительских и возрастных возможностях, об интерпретациях тех или иных классических партий, о самих темах, доступных балету. Мужественно идя «против течения», она сохранила собственную независимость. Будучи обладательницей самых престижных регалий, сотрудничая с выдающимися хореографами мира, балетными труппами Римской оперы и мадридского «Театро лирико националь», «Марсельским балетом» Ролана Пети и «Балетом XX века» Мориса Бежара, Плисецкая вынуждена была уйти в 1988 из родного Большого театра, которому балерина отдала почти полвека жизни. Она не всегда вписывалась в ситуацию «единомыслия», царившую в Большом театре.

Майя Михайловна обладает редчайшим даром: едва появившись на сцене и не сделав еще ни одного движения, она властно приковывает к себе внимание, завораживая зрителей уже самым своим присутствием, внутренней значительностью, магией личности. Неповторимость великой балерины проявилась и в ее вызвавшей колоссальный интерес книге мемуаров «Я, Майя Плисецкая...» (1994). Эту книгу она посвятила своему мужу, выдающемуся композитору Р. К. Щедрину. Специально для Плисецкой он написал балеты «Конек-Горбунок», «Анна Каренина», «Чайка», «Дама с собачкой», взяв за основу знаменитую оперу Бизе, превратил ее в «Кармен-сюиту». С 1994 в Санкт-Петербурге проводится международный конкурс балета под названием «Майя».

ВОЛОЧКОВА Анастасия Юрьевна (р. 1976, Ленинград), российская артистка балета. Лауреат Международного балетного конкурса имени Сергея Лифаря (1996, Киев).

В 1994 окончила Санкт-Петербургскую академию балета имени А. Я. Вагановой (класс Наталии Дудинской). На последнем курсе стала стажером Мариинского театра и исполнила партию Одетты-Одиллии («Лебединое озеро»). В 1994 в качестве солистки была приглашена в Мариинский театр. Исполнила главные партии в балетах «Баядерка» (Никия), «Жизель» (Жизель), «Дон Кихот» (Китри), «Раймонда» (Раймонда), «Спящая красавица» (Принцесса Аврора и Фея Сирени), «Щелкунчик» (Маша), «Корсар» (Медора), «Жар-птица» (Жар-птица), «Шехерезада» (Шехерезада), «Бахчисарайский фонтан» (Зарема). С 1998 — солистка Большого театра, на

сцене которого выступила в партиях Принцессы-Лебедь («Лебединое озеро»), Никии, Раймонды, Феи Сирени, Повелительницы дриад, Царь-девицы («Конек-Горбунок»), Императрицы («Русский Гамлет»). С 2000 является также солисткой Лондонского королевского оперного театра «Ковент-Гарден», продолжая выступать на сцене Большого театра. В 2001 выступила в балете-фантазии «Лестница в небо», премьера которого состоялась в Санкт-Петербурге. В 2002 артистка вышла замуж за вице-президента Национального английского балета Э. Кермана.

ТАЛЬОНИ (Taglioni), семья артистов балета, балетмейстеров, педагогов:

1) Филиппо (1777-1871). Работал в театрах Италии, Германии, Австрии, в Стокгольме и Париже. Выдающийся педагог и хореограф-реформатор, создатель романтического балета. Среди постановок: «Сильфида» Ж. Шнейцхоффера (1832), «Дева Дуная» (1836), «Морской разбойник» (1840) А. Адана и др. Многие балеты были поставлены для дочери.

2) Мария (1804-84), дочь Филиппо. С 1828 ведущая солистка Парижской оперы. В 1837-42 выступала в Петербурге. Гастролировала во многих городах Европы. В историю театра вошла как выдающаяся романтическая балерина, впервые использовавшая танец на пуантах как средство художественной выразительности.

3) Поль (Паоло) (1808-84), сын Филиппо. Выступал в городах Европы (часто с сестрой Марией). Ставил балеты в Лондоне, Милане, в 1856-83 балетмейстер Берлинской оперы.

МОИСЕЕВ Игорь Александрович [р. 8 (21) января 1906, Киев], российский танцовщик и балетмейстер. Народный артист СССР (1953). Герой Социалистического Труда (1976). Ленинская премия (1967). Государственная премия СССР (1942, 1947, 1952, 1985). Государственная премия России (1995).

В 1924 окончил Московское хореографическое училище (педагог А. А. Горский). В 1924-39 в Большом театре. Исполнял партии: Иосиф («Иосиф Прекрасный» С. Н. Василенко), Футболист («Футболист» В. А. Оранского), Мато («Саламбо» А. Ф. Арендса) и др. Поставил балеты: «Футболист» В. А. Оранского (1930, совместно с Л. А. Лащилиным), «Тщетная предосторожность» П. Гертеля (1930, совместно с А. М. Мессерером и Лащилиным), «Три толстяка» Оранского (1935), «Спартак» А. И. Хачатуряна (1958; первая постановка в Большом театре). Ставил танцы в операх: «Турандот» Дж. Пуччини (1930), «Демон» А. Г. Рубинштейна (1932),

«Кармен» Ж. Бизе (1936) и др. В своих балетмейстерских работах Моисеев стремился к непрерывности драматургического развития действия, выраженного средствами классической и народной хореографии. Его балеты отличались театральностью формы, остротой сюжета, выразительностью танцевального языка.

В 1937 Моисеев создал Ансамбль народного танца СССР, равного которому нет в мире: с тех пор он его бессменный руководитель и постановщик всех программ. Этот ансамбль (с самого начала неофициально зовущийся «моисеевским») стал новаторским явлением в истории мировой хореографической культуры, новым видом танцевально-сценического искусства, основанного на слиянии самобытности народного творчества с академической основой танца. Моисеев поставил разнообразные по жанру фольклорные циклы: «Картинки прошлого» (1937), «Колхозная улица» (1938), «Морская сюита» (1943), сюита «Жок» (1949), «Партизаны» (1950), «Хитрый Мокану» (1952), «Метелица» (1965), «Дорога к танцу», «Скоморохи» (оба 1970), «Половецкие пляски», «Праздник труда» (оба 1978), «На катке» (1980), «Ночь на Лысой горе» на музыку М. П. Мусоргского (1984), «Таверна» (1986), «По странам мира» (1960-89), цикл зарубежных танцев (1960-91; 30 номеров), «Греческая сюита» на музыку М. Теодоракиса (1991), «Еврейская сюита» (1994) и др. Моисеев владеет глубочайшим знанием хореографической лексики, обладает богатой фантазией и изобретательностью в сочинении ярких пластических характеристик персонажей. В своих постановках он является не только хореографом, но и режиссером, и драматургом.

В 1966 организовал хореографический концертный ансамбль «Молодой балет» (ныне — Государственный театр балета под руководством Н. Д. Касаткиной и В. Ю. Василева), которым руководил до 1970. Творчеству Моисеева посвящены документальный фильм «Вечное движение» («Perpetuum mobile», 1967), телефильм «Балет Игоря Моисеева» (1982). Моисеев — автор книги «Я вспоминаю... Гастроль длиною в жизнь» (1996), а также ряда статей по вопросам танцевального искусства. Почетный член Академии танца в Париже (1953). В 1994 в Москве был проведен Фестиваль музыки и танца в честь Моисеева.

БАЛЕТ (франц. ballet, от итал. balletto), вид сценического искусства, содержание которого раскрывается в танцевально-музыкальных образах. Балет начал формироваться в Европе в 16 в. Расцвет его связан с романтизмом, выдвинувшим, начиная со второй трети 19 в., выдающихся балетмейстеров Ф. Тальони (ставившего балеты для своей дочери М.

Тальони), Ж. Перро (работавшего с Ф. Эльслер и К. Гризи), А. Бурнонвиля, А. Сен-Леона. В России 19 в. высшие достижения балета связаны с балетмейстерами Ш. Л. Дидло, М. И. Петипа и Л. И. Ивановым. Наиболее известные русские артисты 1-й пол. 19 в.: А. И. Истомина, Е. И. Андреевна, Е. А. Санковская, кон. 19 в. — М. Ф. Кшесинская, О. О. Преображенская и др. Нач. 20 в. ознаменовано реформаторской деятельностью балетмейстеров М. М. Фокина, А. А. Горского. Огромное влияние на мировой балет оказали «Русские сезоны» за границей, организованные С. П. Дягилевым.

Во Франции в числе наиболее известных балетмейстеров — С. Лифарь, М. Бежар, балерина И. Шовире. В Великобритании национальный балет возник благодаря усилиям Н. де Валуа, М. Рамбер, Ф. Аштона, балерины М. Фонтейн. В США, где работали Дж. Баланчин, Дж. Роббинс, на балет оказал влияние американский танец «модерн» (М. Грэхем и др.). В Германии балет развивался после 2-й мировой войны (балетмейстеры Дж. Кранко, Дж. Ноймайер). В числе наиболее известных российских мастеров: балетмейстеры К. Я. Голейзовский, Ф. В. Лопухов, Р. В. Захаров, В. И. Вайнонен, Л. М. Лавровский, Ю. Н. Григорович; артисты Г. С. Уланова, М. М. Плисецкая, М. Т. Семенова, О. В. Лепешинская, В. М. Чабукиани, А. М. Мессерер, К. М. Сергеев, Н. М. Дудинская, В. В. Васильев, Е. С. Максимова, Н. И. Бессмертнова, М.-Р. Э. Лиела, Р. Х. Нуреев, М. Н. Барышников и др.



## Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии / Внимание дети!- М.: Рольф, 2001.-272 с.: с и
2. Бекина СП. Музыка и движение,- М.: Просвещение, 1984.-230с.
3. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе,- К.: Музыкальная Украина, 1985.-210 с.
4. Бочкарева Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии: Учебно-методическое пособие.- Кемерово, 1998.
5. Буренина А.И. Ритмическая пластика для дошкольников: Учебно-методическое пособие по программе «Ритмическая мозаика».- СПб, 1994.-126 с.
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика.- СПб, 1971.-125 с.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. 7-е изд., стер.- СПб.: Издательство «Лань», 2002.-192 с.
8. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / [В. А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.]; под ред. В.А. Горского. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 111с. – (Стандарты второго поколения). Автор программы «Хореография» Л.Н. Михеева.
9. Горшкова Е.В. От жеста к танцу: Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце.- М.: Издательство «Гном и Д», 2002. - 120 с.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студентов вузов культуры и искусств.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.- 208 с.
11. Жак-Далькроз Э. Ритм. — М.: Классика-XXI, 2001. — 248 с.: илл.
12. Полятков С.С. Основы современного танца.- Ростов н/Д: Феникс, 2006.-80 с.
13. Кабалевский Д.Б. Музыка. Программы 1 -8 кл. - М.: Просвещение, 2004. - 224 с.
14. Кабалевский Д. Б. Про трех китов и про многое другое. Книжка о музыке 3-е изд. -М.: Детская литература, 1976.-224 с, с илл.
15. Константинова А.И. Игротренинг.- СПб.: 1996,- 36 с.
16. Константинова А.И. Психогимнастика.- СПб.: 1996.-48 с.
17. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие для средних и высших пед. учеб, заведений.- М: Издательский центр «Академия», 1999.- 224 с.

18. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 64 с.
19. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования.- М.: Гуманит. Изд.ц ВЛАДОС, 2003.- 256с.
20. Рождественская Н.В., Толшин А.В. Креативность: пути развития и тренинги.- СПб.: Речь, 2006.- 320 с.
21. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб.пособие для учащихся пед. уч-щ по спец. № 1910 «Физ. культура».- М.: Просвещение, 1989.- 175 с.
22. Самоукина И.В. Игровые методы в обучении и воспитании. - М.: 1992.
23. Ткаченко Г. Народные танцы. М., 1975.
24. Устинова Т.А. Русские ганцы. - М.. 1955.
25. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.: «Детство-пресс», 2000.- 352 с.
26. Федорова Г.П. Танцы для детей: Методическое пособие. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40с.
27. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са - Фи - Дансе». Танцевальная игровая пластика для детей: Учебно-методическое пособие для преподавателей дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: Детство - пресс, 352с.

**Календарно - тематический план  
на 2020 - 2021 уч.год  
Хореографический коллектив «Пчелка» («Чудесники»)**

## Календарно-тематический план

№	Тема занятия	Дата
Урок 1	Вводный урок.	3.09
Урок 2	Русский народный танец. Характерные особенности. Жанры.	3.09
Урок 3	Классический танец. Характерные особенности.	4.09
Урок 4	История классического танца.	4.09
Урок 5	Осанка. Упражнения на формирование осанки.	8.09
Урок 6	Походка. Положение корпуса.	8.09
Урок 7	Постановка корпуса, рук в русском танце.	10.09
Урок 8	Основные положения рук и ног в русском танце.	10.09
Урок 9	Отработка танцевальных комбинаций.	11.09
Урок 10	Репетиция танца.	11.09
Урок 11	Тренировочные упражнения на разогрев мышц.	15.09
Урок 12	Тренировочные комбинации. Разучивание.	15.09
Урок 13	Русские танцевальные ходы. Танцевальный шаг.	17.09
Урок 14	Русские танцевальные ходы. Хороводный шаг.	17.09
Урок 15	План танцевального класса.	18.09
Урок 16	Постановка корпуса.	18.09
Урок 17	Стретчинг. Основные понятия о растяжках.	22.09
Урок 18	Стретчинг. Виды.	22.09
Урок 19	Русские танцевальные ходы. Переменный ход. Разновидности.	24.09
Урок 20	Русские танцевальные ходы. Переменный ход с <i>riqué</i> .	24.09
Урок 21	Основные позиции рук в классическом танце.	25.09
Урок 22	Основные позиции ног в классическом танце.	25.09
Урок 23	Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	29.09
Урок 24	Движение. Работа мышц.	29.09
Урок 25	Повторение танцевальных комбинаций.	1.10
Урок 26	Повторение и отработка танца.	1.10
Урок 27	<i>Demi- Plie</i> лицом к станку. Правила исполнения	2.10
Урок 28	<i>Demi- Plie</i> лицом по I и II позициям.повторение.	2.10
Урок 29	Танцевальный шаг.	6.10
Урок 30	Танцевальный бег.	6.10
Урок 31	Работа рук в русском танце.( <i>Port de bras</i> в русском характере).	8.10
Урок 32	Работа рук в русском танце.( <i>Port de bras</i> в русском	8.10

	характере). Разновидности.	
Урок 33	Battement tendu лицом к станку из 1 позиции. Правила исполнения.	9.10
Урок 34	Battement tendu. Повторение. Отработка.	9.10
Урок 35	Галоп. Правила исполнения.	13.10
Урок 36	Галоп. Комбинации.	13.10
Урок 37	Элементы русского танца. Русский бег. Правила исполнения.	15.10
Урок 38	Русский бег с соскоком.	15.10
Урок 39	Demi- Plie по V позиции.	16.10
Урок 40	Grand-Plie по I и II позициям.	16.10
Урок 41	Трамплинные прыжки. Правила исполнения.	20.10
Урок 42	Трамплинные прыжки. Разновидности.	20.10
Урок 43	Элементы русского танца. Ёлочка.	22.10
Урок 44	Характер музыки.	22.10
Урок 45	Battement tendu вперед и назад.	23.10
Урок 46	Double battement tendu. Правила исполнения.	23.10
Урок 47	Прыжки. «Лягушка».	27.10
Урок 48	Инсценирование песни.	27.10
Урок 49	Элементы русского танца. Гармошка	29.10
Урок 50	Репетиция и постановка танца	29.10
Урок 51	Повторение танцевальных комбинаций.	30.10
Урок 52	Повторение и отработка танца.	30.10
Урок 53	Прыжки. «Разножка».	3.11
Урок 54	Танец под любимую песню.	3.11
Урок 55	Элементы русского танца. Моталочка. Правила исполнения.	5.11
Урок 56	Музыкальные характеристики. Темп.	5.11
Урок 57	Allegro. Общее представление.	6.11
Урок 58	Saute по I и II позициям. Правила исполнения.	6.11
Урок 59	Подскоки. Правила исполнения.	10.11
Урок 60	Танец с воображаемым предметом.	10.11
Урок 61	Элементы русского танца. Моталочка. Разновидности.	12.11
Урок 62	Репетиция и постановка танца.	12.11
Урок 63	Battement tendu из V позиции в сторону.	13.11
Урок 64	Работа рук в классическом танце. Port de bras.	13.11
Урок 65	Подскоки. Разновидности. Отработка.	17.11
Урок 66	Оригинальность. Танец с воображаемым предметом.	17.11
Урок 67	Элементы русского танца. Припадание. Правила	19.11

	исполнения.	
Урок 68	Музыкальные характеристики. Ритм.	19.11
Урок 69	Battement tendu из V позиции вперед и назад.	20.11
Урок 70	Работа рук в классическом танце. Первое Port de bras.	20.11
Урок 71	Выносливость. Упражнения на выработку выносливости.	24.11
Урок 72	Образ. Выразительность. Изобразительность в танце.	24.11
Урок 73	Элементы русского танца. Упадание. Правила исполнения.	26.11
Урок 74	Репетиция и постановка танца.	26.11
Урок 75	Работа рук в классическом танце. Третье Port de bras.	27.11
Урок 76	Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения.	27.11
Урок 77	Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам.	1.12
Урок 78	Образный танец.	1.12
Урок 79	Элементы русского танца. Притопы. Одинарный притоп.	3.12
Урок 80	Метроритмический акцент. Сильная доля в музыке.	3.12
Урок 81	Работа рук в классическом танце. Второе Port de bras.	4.12
Урок 82	Passe par terre. Повторение. Отработка.	4.12
Урок 83	Постановка стопы. «Подъем и птичка».	8.12
Урок 84	Импровизация с предметом (на выбор).	8.12
Урок 85	Элементы русского танца. Тройной притоп.	10.12
Урок 86	Репетиция и постановка танца	10.12
Урок 87	Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие.	11.12
Урок 88	Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие.	11.12
Урок 89	Стопа. Упражнения на формирование стопы.	15.12
Урок 90	«Сапоги пошли в пляс». Импровизация с предметом.	15.12
Урок 91	Элементы русского танца. Одинарная дробь.	17.12
Урок 92	Динамические оттенки в музыке (форте, пиано). Характер исполнения.	17.12
Урок 93	Повторение танцевальных комбинаций.	18.12
Урок 94	Повторение и отработка танца.	18.12
Урок 95	Повторение танцевальных комбинаций.	22.12
Урок 96	Повторение и отработка танца.	22.12
Урок 97	Выворотность. Анатомическое строение. Возможности.	24.12
Урок 98	Импровизация в ограниченном пространстве.	24.12
Урок 99	Элементы русского танца. Одинарная дробь. Комбинация.	25.12
Урок100	Репетиция и постановка танца.	25.12
Урок101	Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения.	12.01

Урок102	Sur le cou-de-pied (основное - обхватное).	12.01
Урок103	Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.	14.01
Урок104	Импровизация с пространством.	14.01
Урок105	Элементы русского танца. Соскоки. Правила исполнения.	15.01
Урок106	Основы нотной грамоты. Длительности нот.	15.01
Урок107	Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Правила исполнения.	19.01
Урок108	Sur le cou-de-pied (условное впереди, условное сзади).	19.01
Урок109	Координация. Значение.	21.01
Урок110	Маска 1.	21.01
Урок111	Элементы русского танца. Соскоки. Разновидности.	22.01
Урок112	Репетиция и постановка танца.	22.01
Урок113	Battement tendu jete. Правила исполнения.	26.01
Урок114	Battement fondu в сторону. Правила исполнения.	26.01
Урок115	Координация. Упражнения на развитие координации.	28.01
Урок116	Маска 2.Работа с маской.	28.01
Урок117	Элементы русского танца. Дробные ходы.	29.01
Урок118	Репетиция и постановка танца	29.01
Урок119	Battement tendu jete. Отработка техники.	2.02
Урок120	Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения.	2.02
Урок121	Равновесие. Устойчивость. Значение.	4.02
Урок122	Танцевальная связка.	4.02
Урок123	Элементы русского танца. Дробные ходы. Разновидности.	5.02
Урок124	Музыкальный размер.	5.02
Урок125	Battement frappe. Правила исполнения.	9.02
Урок126	Ras de bourge. Правила исполнения.	9.02
Урок127	Равновесие. Правила и способы сохранения равновесия. Упражнения на развитие устойчивости.	11.02
Урок128	Связываем движения.	11.02
Урок129	Элементы русского танца. Двойная дробь. Техника исполнения.	12.02
Урок130	Репетиция и постановка танца.	12.02
Урок131	Повторение танцевальных комбинаций.	16.02
Урок132	Повторение и отработка танца.	16.02
Урок133	Мышечный тонус. Расслабляющая гимнастика.	18.02
Урок134	Музыка мне подсказала. Генерирование идей.	18.02
Урок135	Элементы русского танца. Двойная дробь. Отработка.	19.02
Урок136	Симфония.	19.02

Урок137	Balance. Правила исполнения.	25.02
Урок138	Pas de bourre. Отработка техники исполнения.	25.02
Урок139	Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения.	26.02
Урок140	Музыка мне подсказала. «Рождаются движения».	26.02
Урок141	Элементы русского танца. Верёвочка. Правила исполнения.	2.03
Урок142	Репетиция и постановка танца.	2.03
Урок143	Повторение танцевальных комбинаций.	4.03
Урок144	Повторение и отработка танца.	4.03
Урок145	Элементы русского танца. Верёвочка. Разновидности.	5.03
Урок146	Опера.	5.03
Урок147	Полуповороты. Правила исполнения.	9.03
Урок148	Passe. Правила исполнения.	9.03
Урок149	Большие броски. Правила исполнения, лёжа на полу.	11.03
Урок150	История танца. Сюжет танца.	11.03
Урок151	Повторение танцевальных комбинаций.	12.03
Урок152	Повторение и отработка танца.	12.03
Урок153	Полуповороты. Отработка.	16.03
Урок154	Tours. Подготовка к турам. Правила.	16.03
Урок155	Повторение танцевальных комбинаций.	18.03
Урок156	Повторение и отработка танца.	18.03
Урок157	Battement releve lent. Правила исполнения.	19.03
Урок158	Tours. Подготовка к турам. Отработка.	19.03
Урок159	Большие броски. Отработка.	23.03
Урок160	Либретто.	23.03
Урок161	Элементы русского танца. Присядка. Правила исполнения.	25.03
Урок162	Балет.	25.03
Урок163	Battement releve lent. Отработка техники исполнения.	26.03
Урок164	Battement developpe. Правила исполнения	26.03
Урок165	Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения.	30.03
Урок166	Шпагат. Упражнения на растяжку.	30.03
Урок167	Элементы русского танца. Присядка. Виды.	1.04
Урок168	В роли постановщика.	1.04
Урок169	Battement developpe. Отработка техники исполнения.	2.04
Урок170	Grand battement. Правила исполнения.	2.04
Урок171	Акробатические элементы. Колесо. Отработка.	6.04
Урок172	Шпагат. Разновидности.	6.04



Урок173	Элементы русского танца. Хлопушка. Правила исполнения.	8.04
Урок174	Я балетмейстер.	8.04
Урок175	Grand battement. Отработка техники исполнения.	9.04
Урок176	Allegro.Changement de pieds. Правила исполнения.	9.04
Урок177	Гимнастические элементы. «Лягушка», «Корзинка».	13.04
Урок178	Кувырки. Правила исполнения.	13.04
Урок179	Элементы русского танца. Хлопушка. Комбинации.	15.04
Урок180	Репетиция и постановка танца.	15.04
Урок181	Повторение танцевальных комбинаций.	16.04
Урок182	Повторение и отработка танца.	16.04
Урок183	Гимнастические элементы. «Мост».	20.04
Урок184	Перекаты. Правила исполнения.	20.04
Урок185	Элементы русского танца. Вращения. Правила исполнения.	22.04
Урок186	Репетиция и постановка танца	22.04
Урок187	Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. (Epaulement croisee, Epaulement efface).	23.04
Урок188	Allegro.Changement de pieds.Отработка.	23.04
Урок189	Позы в классическом танце. Arabesques. Правила исполнения. Виды.	27.04
Урок190	Allegro. Pas Echarpe. Правила исполнения.	27.04
Урок191	Разучивание этюда в русском характере.	29.04
Урок192	Репетиция и постановка танца.	29.04
Урок193	Повторение и отработка элементов русского танца.	30.04
Урок194	Повторение танцевальных комбинаций в русском характере.	30.04
Урок195	Повторение и отработка элементов классического танца.	4.05
Урок196	Allegro. Повторение и отработка прыжков.	4.05
Урок197	Повторение и отработка танцевальных комбинаций.	6.05
Урок198	Повторение и отработка танца.	6.05
Урок199	Повторение и отработка элементов русского танца.	7.05
Урок200	Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег»	7.05
Урок201	Повторение и отработка элементов классического танца у станка.	11.05
Урок202	Повторение танцевальных комбинаций на середине зала.	11.05
Урок203	Повторение и отработка танцевальных комбинаций.	13.05
Урок204	Повторение и отработка танца.	13.05
Урок205	Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение	14.05

	разминочных комбинаций.	
Урок206	Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций.	14.05
Урок207	Контрольный урок по ОФП за год.	18.05
Урок208	Контрольный урок по ОФП за год.	18.05
Урок209	Подготовка к контрольному уроку по русскому танцу.	20.05
Урок210	Подготовка к контрольному уроку по русскому танцу.	20.05
Урок211	Контрольный урок по русскому танцу за год.	21.05
Урок212	Контрольный урок по русскому танцу за год.	21.05
Урок213	Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка комбинаций у станка.	25.05
Урок214	Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка прыжков.	25.05
Урок215	Контрольный урок по классическому танцу за год.	27.05
Урок216	Контрольный урок по классическому танцу за год.	27.05
Урок217	Заключительное занятие «Подведение итогов за год»	28.05
Урок218	Заключительное занятие «Подведение итогов за год»	28.05