

МОУ «Газ-Салинский средней школы»

Рассмотрено на заседании
Методического совета МОУ «Газ-Салинский средней школы»
Протокол № _____ от _____ декабря 2010 года

Рассмотрено на заседании
Муниципального Экспертного Совета
Департамента образования Администрации
Тазовского района
Протокол № _____ от _____ января 2011 года

Утверждено
приказом директора МОУ «Газ-Салинский средней школы»
№ _____ от _____ декабря 2010 года

Утверждено
приказом Департамента образования
Администрации Тазовского района
№ _____ от _____ января 2011 года

Программа дополнительного образования детей

Детского творческого объединения по хореографии «Вдохновения»

(срок реализации 3 года)

(возраст детей 10-16 лет)

Автор: педагог дополнительного образования
МОУ «Газ-Салинский средней школы»
Афонасьева Оксана Васильевна

с.Газ-Сале
2010 год

Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Цель и задачи программы	6
3	Учебно-тематический план первого года обучения	8
4	Содержание первого года обучения	9
5	Ожидаемые результаты после первого года обучения	19
6	Учебно-тематический план второго года обучения	20
7	Содержание второго года обучения	21
8	Ожидаемые результаты после второго года обучения	31
9	Учебно-тематический план третьего года обучения	32
10	Содержание третьего года обучения	33
11	Ожидаемые результаты после третьего года обучения	42
12	Список литературы	43
13	Приложение №1	44
14	Приложение №2	47
15	Приложение №3	50

Пояснительная записка

Хореографическое искусство – первоначально по своей терминологии этот термин обозначал запись танца. С 19 века стал применяться для обозначения танцевального искусства в целом во всех разновидностях. Искусство хореографии основано на музыкально организованных, силовых, выразительных движений человеческого тела.

Органическое соединение движений, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и привлекательным. Приобщение к искусству танца в широком смысле включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, классическим балетом, самобытными национальными танцами, их красочными костюмами, музыкально ритмическим складом мелодий, образами классической и народной музыки.

С профессиональной точки зрения хореография учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, легкость, смелость. Благодаря системному воспитанию детьми приобретается культура движений, развиваются музыкальные способности, что способствует более тонкому восприятию мира искусства и всего прекрасного.

Работая над профессиональными качествами воспитанников в детском объединении по хореографии «Вдохновение», следует не забывать об общем развитии личности ребенка. Чередование различных заданий, видов танцев, деятельности, требует от детей внимания, сообразительности, быстрой реакции, организованности, проявления волевых усилий, что не может не влиять на общую культуру поведения.

Танец, волнуя исполнителей, вызывая яркие эмоциональные реакции, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять свое отношение, отличать хорошее от плохого, доброе от злого. Всё это создает необходимые условия для воспитания нравственных качеств личности ребенка. Необходимо учитывать и познавательное значение танцевального искусства. В нем отражены жизненные явления, характеры и образы, обогащающие ребенка новыми представлениями и знаниями.

Хореографическая деятельность является хорошей школой общения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективного творчества.

Занятия в детском объединении по хореографии «Вдохновение», должны научить детей отличать подлинное искусство от подделки, прививать с самых ранних лет хороший вкус, закладывать те добрые основы, которые помогут им, вырасти настоящими людьми.

Учебно-воспитательная работа - составная часть и непереносимое условие творческой деятельности в детском объединении по хореографии «Вдохновение». Исполнительский уровень, жизнеспособность, стабильность, перспективы творческого роста в первую очередь зависят от качества учебно-воспитательной работы.

Разделять учебно-воспитательную работу на две обособленных части (учебную и воспитательную), либо рассматривать воспитательную работу в отрыве от творческого процесса, под которым подразумевается лишь накопление определенной суммы профессиональных знаний и навыков, не выдерживает критики.

Основной формой учебного процесса в детском объединении по хореографии «Вдохновение», как и в учебных заведениях, остаются урок - репетиционные, коллективные занятия, на которых участники практически осваивают и закрепляют необходимые знания и навыки, а также индивидуальное общение педагога и участников детского объединения по хореографии «Вдохновение».

Процесс обучения участников детского объединения по хореографии «Вдохновение», основывается на общепедагогических принципах дидактики:

- активности; единства теории и практики;
- наглядности;
- доступности;
- систематичности;
- прочности усвоения знаний;
- индивидуального подхода.

Изучение всех специальных (ритмика и танец, классический, народно-сценический танец) рассматривается как составная часть подготовки исполнителя. Организация и содержание работы иное, поскольку творческие интересы его участников носят иную, чем у профессиональных исполнителей, направленность. Поэтому методика обучения непрофессионалов отлична от профессионального обучения.

Собственно учебный процесс в детском объединении по хореографии «Вдохновение», протекает в той же последовательности, однако овладение профессиональными навыками и освоение репертуара подчинены максимальному развитию творческих способностей.

Вопросы подбора репертуара, овладение средствами художественной выразительности, применения различных форм и методов обучения, использование опыта профессиональных школ и фольклорных традиций, сочетание коллективных занятий с индивидуальными и мелкогрупповыми составляют основу для понимания сущности учебно-воспитательного процесса объединения.

Учебно-творческая и воспитательная работа детского объединения по хореографии «Вдохновение», служит основой его существования, а значит, осуществления широкой педагогической программы: формирования личности участника детского объединения по хореографии «Вдохновение».

Специфика воспитательной работы в детском объединении по хореографии «Вдохновение», заключается в органичном сочетании художественно-исполнительских, общепедагогических и социально-психологических моментов, что должно обеспечить не только высокую профессиональную, техническую выучку, но и формирование соответствующего уровня общей культуры, эстетического развития участников детского объединения по хореографии «Вдохновение».

Методика педагогического руководства детского объединения по хореографии «Вдохновение», предполагает определение содержания деятельности, выбор системы методов и приемов, обусловленных спецификой воспитательного процесса, то есть возможностями и способами его осуществления.

Педагог в детском объединении по хореографии «Вдохновение», должен неустанно совершенствовать свой «почерк», стремясь к наибольшей его лаконичности, художественной простоте, строгости и разнообразию, всячески избегая сумбурных и замысловатых нагромождений. В то же время каждый педагог должен укреплять танцевальное мастерство учащихся именно путем учебного построения комбинированных заданий в сочетании с художественными особенностями своего педагогического, а не балетмейстерского воображения. Тогда учащиеся будут свободно и всесторонне владеть своим двигательным аппаратом, ибо, чем выше техническое мастерство, исполнительский вкус, тем больше у него средств для выразительного танца.

Воспитание участников детского объединения по хореографии «Вдохновение», единолично осуществляет руководитель. Его функции, как в любой педагогической профессии, включают в себя знания и умение трансформировать художественные цели, стоящие перед коллективом, в педагогические, умение переводить общественно значимое содержание в акты индивидуального поведения. Деятельность руководителя заключается в умении оформить педагогическую задачу, в отборе средств, ведущих к цели - педагогическому результату; в выработке соответствующих форм и методов воспитания, позволяющих достичь результатов. Его основные функции:

- исполнительско - организационная;
- воспитательная;
- планирования;
- учебно-педагогическая;
- психологического руководства.

В практической работе в детском объединении по хореографии «Вдохновение» наибольшее внимание уделяется исполнительско-организационной и учебно-педагогической функциям.

В детском объединении по хореографии «Вдохновение» предполагается выбор системы методов и приемов, последовательность которых определяется конкретными задачами, решаемыми на каждом из этапов становления и развития объединения, а соответственно и личности участников. Уровень развития личности обусловлен степенью ее участия в той или иной деятельности. Поэтому формирования детского объединения по хореографии «Вдохновение», необходимо преодолеть традиционное понимание хореографической самостоятельности, как только исполнительства, ибо ее участники занимаются не только танцами, но и создают фотолетопись объединения, принимают участие в разработке эскизов костюмов, оформления сцены. Во время ознакомительных бесед с желающими заниматься в данном детском объединении по хореографии «Вдохновение», выясняются склонности и способности пришедших (умение рисовать, шить, играть на музыкальных инструментах, сочинять стихи и др.).

Основными педагогическими методами в детском объединении по хореографии «Вдохновение» являются **проблемность, системность и последовательность, осознанность, наглядность.**

Проблемность - кардинальный метод. Учащиеся сталкиваются с задачами, которые решаются при активном включении в познавательный процесс. Новые знания усваиваются значительно эффективнее, если соблюдается перманентность в познании, в процессе обучения.

Системность и последовательность опираются на осмысление логики содержания усвоенных знаний. Моторная память помогает быстро и точно выполнять движение по его названию, упражнение - по словесному заданию педагога. Насыщенность экзерсисов удерживает внимание, мобилизует на преодоление трудности в освоении техники, влияет на выразительное исполнение танца. Таким образом, преподавание ориентируется на конечную цель - танец. Рекомендуется использовать импровизацию как педагогический приём для приближения к этому понятию. Осознание технологии как выразительного средства танца позволяет эффективно обогащать задания музыкальностью, выразительностью, координацией. Координация есть то звено, которое делает тело выразительным, эмоционально богатым. Она позволяет раскрыть индивидуальные способности.

Осознанность процесса обучения и активность в обучении поддерживается организацией урока педагогом, который побуждает к самостоятельному анализу, что развивает умственные и физические способности, закрепляет знания, понятие профессии. Осознанность системы обучения зависит от интенсивности нагрузки, цельности требований.

Наглядность является основополагающим методом преподавания. Она способствует особенности развития мышления от абстрактного к конкретному, целостному.

Наглядность в хореографии осуществляется педагогом посредством показа каждого движения и комбинации в целом. Она вызывает ассоциативный ряд, помогает сочетать изучение технологии движений с мышечным ощущением. В этом случае изложение и показ методики содержит изначальные рекомендации по правильному исполнению, исключает ошибки. Мышечное ощущение важно при постановке корпуса, рук, ног, в экзерсисах и последующих упражнениях.

Совокупность методов преподавания создает условия для появления чуда эмоционального открытия - радости процесса обучения.

Все идеи, принципы, формы и методы, помещенные в разделах программы, нацелены на реализацию целей и задач: формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей, а также сохранение и укрепление здоровья детей.

Цель программы: сформировать полноценную психически, всесторонне развитую и физически здоровую личность, способную к саморазвитию и самоопределению в социуме в условиях детского объединения по хореографии «Вдохновения».

Задачи:

1. Создание условий для сохранения, укрепления здоровья детей и формирования элементов культуры здорового образа жизни.
2. Формирование эмоционально ценностного отношения к миру.
3. Содействие формированию у воспитанников знаний, умений и навыков по ритмике, классическому и народно-сценическому танцу.
4. Выявление физических и творческих способностей ребенка.
5. Расширение знаний в области хореографического искусства;
6. Выражение собственных ощущений, используя язык хореографии;
7. Умение понимать «язык» движений, их красоту.

Задачи физического оздоровления учащихся в хореографическом искусстве:

8. Выбатывать гибкость, эластичность, выворотность ног, устойчивость, элевацию.
9. Развивать физические и танцевальные способности
10. Развивать выносливость, координацию движений, апломб, а так же чувство ансамбля и умение владеть пространством.
11. Развивать хореографическую сообразительность.
12. Укрепление физического и психологического здоровья.

Воспитательные задачи:

13. Формирование таких черт личности ребенка, как ответственность за порученное дело, коммуникабельность, коллективизм, умение уважать личность другого человека, смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие.
14. Воспитывать интерес к истории народов России и Ямало-Ненецкого округа через фольклор.

15. Формирование коллектива по разновозрастному принципу, основанному на взаимопомощи и взаимовыручке.
16. Формирование у ребенка умения самостоятельно оценивать свои возможности и находить правильные решения.
17. Формирование личности, умеющей исходить из интересов коллектива, подчиняться его требованиям и умеющей жить в соответствии с законами, принятыми в обществе.
18. Способствовать гармоническому развитию и формированию личности.
19. Воспитывать музыкальность, эмоциональность и выразительность исполнения.

Для реализации поставленной целей используются следующие **формы и методы работы:**

- Учебные теоретические и практические занятия проводятся по всем разделам.
- Беседы проводятся как на индивидуальном, так и на групповом уровнях.
- Групповые и индивидуальные дидактические игры.
- Обсуждение итогов конкурса ставит задачей - воспитание конструктивно-критического отношения к действиям товарищей и к собственным действиям.
- Деятельность по самообслуживанию.
- Подготовка, проведение и участие в различных конкурсах
- Конкурсы, участие в мероприятиях поселка и района.

Возраст 10 лет является оптимальным для начала занятий в детском объединении по хореографии «Вдохновения». В это время интенсивно формируются основные звенья двигательной системы и двигательные качества. Учебно-творческий процесс достигается средствами физического воспитания ребенка, приводит к физическому совершенствованию детей и укреплению их здоровья. Это отражается на развитии высших нервных функций и психических процессов, способствует развитию личности. Именно поэтому набор ребят в объединение проводится с 10 лет.

Опыт показывает, что если в этом возрасте не дать возможность ребенку заняться каким – либо делом серьезно и заинтересованно, то вряд ли можно рассчитывать на выработку у него хороших профессиональных умений или просто практических навыков, которые помогут самоопределиться и адаптироваться в окружающем мире.

Занятие хореографией предполагает для ребёнка большой круг общения. В общении формируются и развиваются коммуникативные способности, включающие умение вступать в контакт с незнакомыми людьми, добиваться их расположения и взаимопонимания, достигать поставленных целей. В хореографии идет активный процесс становления тех практических умений и навыков, которые в будущем понадобятся для совершенствования профессиональных способностей.

Программа рассчитана на 3 года обучения учащихся в возрасте 10-16 лет (5 -11 классы).

1 год обучения – «Ритмика и танец» 10-11 лет.

2 год обучения – Классический танец 12 – 13 лет.

3 год обучения –Народно-сценический танец 14-16 лет.

1 год – «ритмика и танец»			
Всего занятий	Всего часов	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
90	180	3	2
2 год – классический танец			
90	180	3	2
3 год – народно-сценический танец			
90	180	3	2

Учащиеся, поступивший в детское объединение по хореографии «Вдохновения», в первый год обучения получает общее представление обо всех направлениях хореографии, которые он должен освоить.

Каждый последующий год обучения даёт возможность учащемуся углубить, закрепить и усовершенствовать свои знания.

Главными задачами **первого года** являются выявление физических и творческих способностей ребенка, овладение простейшими движениями в области хореографического искусства и воспитание общей выносливости.

На **втором году** обучения главной задачей является овладение основами классического танца. Выполнять все две движения классического танца на середине и у станка, умение различать классические этюды. Выполнять все формы port de bras.

Основной задачей на **третьем году** обучения является овладения основ народно-сценического танца. Уметь передавать манеру исполнения народно-сценического танца, по первым нотам определять народность, выполнять вращение на середине и в диагонали. Уметь самостоятельно составить этюды русского, татарского, молдавского, украинского, цыганского, испанского танца

Весь процесс обучения необходимо строить на сознательном усвоении знаний и навыков. Занятия должны идти в хорошем темпе с музыкальным сопровождением. На занятиях следует закрепить все навыки, которые отрабатывались ранее, повторить пройденные движения, разучить новые.

Усвоение программы должно опираться на дифференцированный подход к детям. Необходимо учитывать физические данные детей. Заложить крепкие основы и развить у учащихся танцевальность, артистизм в исполнении, не только правильно исполнять движения, но и понимать, осмысливать их.

В процессе освоения материала, программы, нужно соблюдать принципы «от простого к сложному», «от известного к неизвестному».

Танец с сюжетом, хореографические этюды, даже целые танцевальные спектакли представляют большой интерес в занятиях с детьми. В создании развернутой танцевальной постановки развиваются творческие способности детей. Возрастает их заинтересованность. Они проявляют более сознательное и самостоятельное отношение к исполнению танца, более подходящие для детей - небольшие танцевальные этюды, имеющие сквозной сюжет.

Танец-сюжет или танец-этиюд могут быть осуществлены лишь при умении детей выразительно и правдиво действовать. Умение это приобретается в процессе работы над этюдами. Сочиняя свои варианты отдельных эпизодов действий, дети глубже вдумываются в содержание танца, танец приобретает для них более реальную и конкретную форму. В этой работе дети обнаруживают вкус и творческие способности. Танцы являются действенным средством музыкально-пластического, художественно-эстетического, нравственно-этического воспитания и физического развития учащихся в детском объединении по хореографии «Вдохновения».

Помимо учебно-тренировочной работы необходимо проводить беседы о хореографическом искусстве, об известных артистах хореографического искусства, о балетных спектаклях, о хореографических коллективах. Беседы, желательно, иллюстрировать видеофильмами.

Занятия проводятся со смешанными группами и по возрастным критериям:

с 10 до 11 лет, с 12 до 13 лет, с 14 до 16 лет.

Учитывая требования современного дополнительного образования, была создана авторская образовательная программа детского творческого объединения по хореографии «Вдохновения». Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Данная программа разрабатывалась в соответствии с хореографическими стандартами, учитывая особенности психофизического развития детей, запросов и потребностей социума и реальных возможностей учреждения.

Вероятно не каждый, прошедший данную программу, решит связать себя с хореографическим искусством и со сценой и сделать это своей основной профессией, но, освоив программу курса, каждый ученик получит практические навыки хореографического искусства как классического, так и народно-сценического искусства.

Тематический план первого года обучения

№ раз-дела, тем	Название раздела, темы	Кол-во занятий	Общее количество часов		
			Всего часов	Теория	Практика
	Вводное занятие	1	2	1	1
	Поклон	1	2	0,5	1,5
1	Exercice у станка	29	58	14,5	43,5
1.1	Позиции ног	1	2	0,5	1,5
1.2	Наклоны и повороты корпуса	1	2	0,5	1,5
1.3	Demi-plie	9	18	4,5	13,5
1.4	Grand plie	9	18	4,5	13,5
1.5	Releve	2	4	1	3
1.6	Battement tendu	7	14	3,5	10,5
2	Exercice на середине	11	22	5,5	16,5
2.1	Позиции рук	2	4	1	3
2.2	Наклоны корпуса	1	2	0,5	1,5
2.3	Простой танцевальный шаг	1	2	0,5	1,5
2.4	Бег	1	2	0,5	1,5
2.5	Простой шаг с ударом	1	2	0,5	1,5
2.6	Топающий шаг	1	2	0,5	1,5
2.7	Переменный ход	1	2	0,5	1,5
2.8	Тройной ход	1	2	0,5	1,5
2.9	Приседания, полуприседания, полупальцы	2	4	1	3
3	Parterre	18	36	9	27
3.1	Работа над пластичностью позвоночника	10	20	5	15
3.2	Растяжка	8	16	4	12
4	Allegro	5	10	2,5	7,5
4.1	Прыжок	2	4	1	3
4.2	Подскок	1	2	0,5	1,5
4.3	Проскок - отскок.	1	2	0,5	1,5
4.4	Перескок	1	2	0,5	1,5
5	Танцевальные движения	24	48	11	37
5.1	Приставной шаг	1	2	0,5	1,5
5.2	Галоп	2	4	1	3
5.3	Движение в характере.	8	16	4	12
5.4	Разное музыкальное оформление.	3	6	1,5	4,5
5.5	Ориентация в пространстве.	2	4	1	3
5.6	Этюды, танцы	8	16	4	12
	Итоговое занятие	1	2	-	2
	Всего:	90	180	45	135

Содержание первого года обучения:

Вводное занятие

Теоретическая часть:

- история развития хореографии; (приложение №1)
- цели и задачи первого года обучения;
- требования техники безопасности;
- требования пожарной безопасности;
- требования к одежде и обуви.

Практическая часть. Знакомство с детьми. Просмотр видеоматериала по хореографии, концертов, фотографий. Определение практически подготовки детей (танцевальный шаг, чувство ритма, растяжка).

Поклон

Теоретическая часть. Поклон движение простое и универсальное. Им можно поздороваться, попрощаться, поблагодарить, пригласить. Начинаем занятие поклоном (как приветствием), создаем атмосферу значимости, даем возможность детям собраться и настроиться на контакт. Обращаясь к поклону, как к заключительной точке занятия, воспитываем в детях чувство благодарности и внимания.

Практическая часть.

Разучивание поклона

Музыкальный размер 4/4 разучивается на I такт

Исходное положение: VI позиция ног, корпус прямой, подтянутый, голова прямо, руки у мальчиков на поясе, у девочек – за юбку.

«Раз – и» - шаг правой ногой в сторону (с вытянутого носка), левая нога – в сторону на носок, голова – прямо (может быть повернута в сторону продвижения);

«Два – и» - левая нога приставляется к правой в VI позицию, голова – прямо (взгляд на того, кому предназначен поклон);

«Три – и» - наклон головы в низ (корпус – прямой); девочки одновременно исполняют полуприседание,

«Четыре – и» - голова поднимается в прямое положение, у девочек колени выпрямляются.

На следующий такт движение выполняется в другую сторону.

Девочки должны держать юбку так, чтобы локти были округлые и направлены в сторону. У мальчиков положение рук может быть различным: на поясе, опущены в низ вдоль корпуса. Музыкальным сопровождением, должно быть доступно и ясно для восприятия.

I Раздел: Exercise у станка

Цель: формирования основных знаний и умений.

Задачи:

1. Выработать гибкость, эластичность, выворотность ног, устойчивость, элевацию.
2. Развивать ахиллово сухожилие, коленные голеностопные связки и суставы.
3. Развивать опорную эластичность всей ноги, гибкость пальцев, упругость голеностопа, выворотность колена.
4. Развивать гибкость позвоночника, косых мышц спины, широчайших мышц спины, верхней части мышц спины, выворотность, выносливость, творческого мышление.
5. Развивать и укрепление мышц поясницы.

Тема 1.1 Позиции ног

Теоретическая часть. Ознакомление с основными позициями ног в хореографии. Сколько их существует. Определение важности каждой позиции.

Практическая часть. Повторение: поклона.

Разучивание позиций ног:

- Естественное положение ног – пятки вместе, ноги слегка врозь.
- I – ступни соединены пятками, образуя одну линию,
- II – ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длине ступни,

- III – ступни соприкасаются, закрывая друг друга на половине своей длины,
- VI – ступни соединены вместе и соприкасаются и пятками и носками.

Разучивается сначала лицом к палке. Бедро выворотные подтянутые. Обе руки лежат на палке, естественно сблизившись. Все пальцы находятся сверху палки, не обхватывая её. Локти свободно опущены. Натянуты. Плечи ровные. Грудь раскрыта. Проясниться не прогибается. Дыхание свободное. Голова держится прямо. Подбородок слегка скинут. Затем на середине зала. Все позиции ног разучиваются с музыкальным сопровождением.

Тема 1.2 Наклоны и повороты корпуса

Теоретическая часть. Изучение техники правильных наклонов и поворотов корпусом. В каких движениях это может использоваться.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног.

Движение разучивается лицом к палке. Корпус наклоняется вправо затем влево. Плечи опущены, спина втянута. Наклон происходит как бы через спину. Не допускается отклонения вперед и назад. Бедро подтянуто. Сначала проучивается без рук, потом с руками.

Повороты корпуса Корпус поворачивается строго в сторону. Плечи опущены, спина втянута.

После разучивания наклонов и поворотов корпуса движение разучивается на середине зала. Комбинируется наклоны и повороты в разных ритмических рисунках и на разные длительности. Музыкальный размер сопровождения 2/4 или 4/4.

Тема 1.3 Demi-plie

Теоретическая часть. Ознакомление с Demi-plie - полуприседание. По каким позициям разучивается. Demi-plie, является неотъемлемой частью многих (полуприседание) заключается в плавном сгибании двух ног в коленях и голеностопе с равномерным упором на обе ступни. Достигая предельное сгибание коленного и голеностопного сустава без отделения пятки от пола. Выпрямление ног исполняется так же плавно, до полного выпрямления колен.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса.

Demi-plie разучивается лицом к палке музыкальный размер 4/4 на 2 такта. После разучивания у палки переходим на середину зала.

Разучивание demi-plie

- по I, II, V, VI позиции;
- с акцентом (вниз) или (вверх);
- с наклонами (вперед – вниз, в сторону);
- с поворотами головы;
- с полукруговыми движениями головы в соответствии работе ноге: сгибаем колени – полукругом вниз (справа налево), вытягиваем колени – голова возвращается в исходное положение;
- с движением рук: «раз» - вытянуть вперед – колени сгибаем
«два» - руки на поясе – колени вытягиваются
- с движением рук и головы;
- с движением корпуса: развороты в сторону (с остановкой или подряд)
наклоны вперед или из стороны в сторону.
- с движением корпуса, рук, головы.

Тема 1.4 Grand plie

Теоретическая часть. Ознакомление с Grand plie – большое приседание. Является развитием demi-plie, выполняется на двух ногах, нос полным сгибанием колена и голеностопа. При grand plie тазобедренная часть тела подтянута, но не зажата. Мышцы бедра и голени работают в режиме сокращения вытягивания. Важно не формальное сгибание и вытягивание ног, а выполнения движения с ощущением напряжения мышц (но не зажатости). Активно участвует спина. Она сохраняет прямое положение, что способствует развитию и укреплению мышц поясницы. Центр тяжести тела в приседаниях распределен равномерно на обе ноги. Выполняется равномерно, без задержки в нижней точки. Ознакомить с характер приседания, представить, что они стоят на пружине, которую нужно сжать.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie.

Grand plie разучивается лицом к палке музыкальный размер 4/4 на 2 такта. После разучивания у палки переходим на середину зала.

Разучивание grand plie:

- по I, II, V, VI позиции;
- с акцентом (вниз) или (вверх);
- с наклонами (вперед – вниз, в сторону);
- с поворотами головы;
- с полукруговыми движениями головы в соответствии работе ноге: сгибаем колени – полукругом вниз (справа налево), вытягиваем колени – голова возвращается в исходное положение;
- с движением рук: «раз» - вытянуть вперед – колени сгибаем
«два» - руки на поясе – колени вытягиваются
- с движением рук и головы;
- с движением корпуса: развороты в сторону (с остановкой или подряд)
наклоны вперед или из стороны в сторону.
- с движением корпуса, рук, головы.

Тема 1.5 Releve

Теоретическая часть. Ознакомление с releve – подъем на полупальцы стоя на двух ногах в какой-либо позиции и последующем опусканием на всю ступню. Развивает опорную эластичность всей ноги, гибкость пальцев, упругость голеностопа, вытянутость колена. При исполнении корпус, плечи опущены и раскрыты, хорошо подтянуты мышцы живота (особенно во время поднимания на полупальцы). Прямая спина дает возможность ощущать устремленность вверх, что так необходимо в прыжках. Центр тяжести тела распределен равномерно на обе ноги. Голова держится крепко, взгляд направлен вперед.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie.

Разучивание releve

- по I, II, V, VI позиции лицом к палке музыкальный размер 4/4 на 1 такта, 2/4 – подъем на полупальцах и 2/4 – опускание в позицию. После разучивания у палки переходим на середину зала. Исполняется легко и свободно, без лишних усилий. Придает все фигуре пластическую приподнятость легкость.
- с demi-plie Подъем на полупальцы начинается, когда колени вытянуты. Demi-plie выполняется после того, как пятки опустились на пол. Музыкальный размер 4/4. На 1/4 – приседание, на 1/4 – вытянуть колени, на 1/4 – подняться на полупальцы, на 1/4 - опуститься с полупальцев. Движение исполняется равномерно, слитно.

Тема 1.6 Battement tendu

Теоретическая часть. Ознакомление с battement tendu – отведение и приведение вытянутой ноги, не отделяя носок от пола, в сторону, вперед и назад. Battement tendu – является первичным элементом, с помощью которого достигается правильное вытягивание всей ноги от бедра до кончиков пальцев, что является необходимым для исполнения многих танцевальных движений.

При отведении ноги очень важно добиться интенсивной, взаимосвязанной работы стопы с хорошо вытянутым коленом. Скольжение ноги при этом начитается всей ступней с постепенным отделением пятки от пола; выполняется легко, без упора на носок в конечной точки.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve.

Разучивание battement tendu

- по I позиции лицом к палке в сторону. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный.
- по I позиции лицом к палке вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный.
- по I позиции лицом к палке в сторону, вперед и назад с demi-plie. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный.
- по V позиции держась одной рукой за палку в сторону. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный

- по V позиции держась одной рукой за палку вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный
- по V позиции держась одной рукой за палку в сторону, вперед и назад с demi-plie. Музыкальный размер 2/4 на 4 такта. Темп медленный
- на середине зала по I позиции в сторону, вперед и назад. По V позиции с demi-plie в сторону, вперед и назад.

II Раздел: Exercice на середине.

Цель: Овладения основными движениями на середине зала.

Задачи:

1. Развивать ритмичность и выразительность движений.
2. Формировать культуру эмоций.
3. Обогащать музыкально – ритмическую деятельность детей.
4. Закладывать основы выразительного исполнения.
5. Развивать объем внимания и фантазии.

Тема 2.1 Позиции рук.

Теоретическая часть. Ознакомление с I, II, III позицией рук. Они являются одним из наиболее выразительных средств исполнения, придают законченность позе и движению. Рукам принадлежит огромная вспомогательная роль: при вращениях, для сохранения устойчивости, в прыжках.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu.

Разучивание позиций рук по I, II, III позиции. Музыкальный размер 3/4 на 4 такта. Темп медленный. Плавный характер движения.

Тема 2.2 Наклоны корпуса.

Теоретическая часть. Ознакомление с наклонами корпуса. Наклон в сторону: плечи при движении в сторону опущены, спина втянута. Наклон происходит как бы через спину. Не допускается отклонения вперед и назад. Наклоны исполняются с руками и без них.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu, позиций рук по I, II, III позиции.

Разучивание наклонов корпуса

- небольшие наклоны в сторону, наклону вперед. Музыкальный размер 2/4 или 4/4.
- активные наклоны в сторону, вперед чередуются, исполнять в различных ритмических рисунках и на разные длительности.

Тема 2.3 Простой танцевальный шаг

Теоретическая часть. Ознакомление с простым шагом. Бытовая форма шага, где используется. В хореографии это более эстетичный вид движения простой танцевальный шаг.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса.

Разучивание простого танцевального шага.

Шагающая нога свободна поднимается от пола (не напрягаясь до зажима как у «деревянных» кукол), стопа вытянута (пальцы ног как бы собраны в одну точку и показывают куда шагнуть); шаг (перенесение тяжести корпуса на ногу) исполняется с носка на всю стопу, то есть в отличии от бытового шага первоначально пола касается носок, а затем и вся стопа. Нога от пола поднимается несколько выше, чем в бытовом (15* -25*), но сам подъем ноги должен быть естественным. Корпус при исполнении танцевального шага должен быть прямым, подтянутым, но не зажатым. Голова слегка приподнята (макушка тянется вверх), взгляд – прямой, открытый. Комбинировать простой шаг в разном темпе и характере. Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4.

- Продвижение по кругу.
- Линиями,
- «Змейкой»

- «Улиткой»
- По одному
- Парами.

Тема 2.4 Бег.

Теоретическая часть. Ознакомление с бегом. Простой бег, мелкий, легкий, с откидыванием ног, на месте, с коленями. Может выполняться с ускорением, замедлением, остановками. Сочетается с ходьбой, активно в бег вводятся движения рук и головы.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага.

Разучивание бега.

- мягкий, легкий Музыкальный размер 2/4, переступания на 1/8 каждого такта.
- с откидыванием ног от колена назад, носок стопы вытянут. Следить за прямым, подтянутым корпусом. Музыкальный размер 2/4, бег выполняется по 1/4 такта.
- Легкий – на месте и с продвижением, поднимая высоко колено вперед, откидывая ногу от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед.
- Легкий бег на полупальцах
- С откидывание ног назад, вперед (прямых)

Тема 2.5 Простой шаг с ударом.

Теоретическая часть. Ознакомление с простым шагом с ударом. Удар, который может быть или фиксированным (рядом с шагающей ногой), или скользящий (вдоль опорной ноги). Удар может выполняться всей стопой пол, каблуком, полупальцами («подушечкой» стопы).

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега.

Разучивание простого шага с ударами.

- Фиксированный удар всей стопой, каблуком, полупальцами.
- Скользящий удар всей стопой, каблуком полупальцами.

Тема 2.6 Топающий шаг.

Теоретическая часть. Ознакомление с топающим шагом. Это шаг с ударом в пол ноги исполняющей шаг.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами.

Разучивание топающего шага. Музыкальный размер 2/4, 1/4 или на 1/8 такта.

- Удары одной ногой в пол, поочередно удары правой и левой ногой.
- Удары ногой в пол равномерно и по три,
- различные сочетания ударов стопы в пол одной несколько раз подряд, поочередно удары равномерно и с паузой.

Тема 2.7 Переменный ход.

Теоретическая часть. Ознакомление с переменным ходом. Это танцевальное движение, предоставляющее определенную последовательность шагов. Наиболее характерно оно для русского танца, выполняется переменный шаг в лирическом характере (мягко) и в игровом (четко, энергично).

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага.

Разучивание переменного хода. Музыкальный размер 2/4, темп умеренный. Исходное положение VI позиция ног, руки – на поясе.

- «раз» - шаг правой ногой вперед, левая нога освобождается от пола;

« и »- подставить левую ногу к правой (к середине стопы) на полупальцы и перенести тяжесть корпуса;

«два» - вновь шагнуть вперед правой ногой;

« и » - левая нога, освобождается от пола, проводится вперед («готовится» к шагу)

На следующий такт движение выполняется с левой ноги.

- С переменный шаг с головой в сторону шагающей ноги.

Тема 2.8 Тройной ход.

Теоретическая часть. Ознакомление с тройным ходом. Различие между переменным ходом. Корпус подтянут движение выглядит легко и свободно.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода.

Разучивание тройного хода. Три равномерных простых шага и остановка с положением свободной ноги сзади на носок. Добиться правильного и красивого исполнения. Музыкальный размер 2/4 исполняется на 1 такт.

Тема 2.9 Приседания, полуприседания, полупальцы.

Теоретическая часть. Ознакомление с приседанием полуприседания, полупальцы. Бывает разное: полное (до пола) и полуприседание. При исполнении полуприседания пятки от пола не отрываются. Полное приседание может исполняться с отрывом пятки от пола (наиболее характерно для хореографии) – корпус должен быть прямой. Если исполняется полное приседание без отрыва пятки от пола, корпус должен быть наклонен к коленям. Полупальцы используют при небольших шагах. Корпус подтяну, прямой, макушкой головы важно тянутся вверх.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода.

Разучивание приседания, полуприседания. Музыкальный размер 2/4.

Полупальцы опора на «подушечку» стопы, пятка в это время оторвана от пола. Сочетается полуприседанием. При исполнении разных видов приседания следить за положениями корпуса. Положения рук может быть разным и зависит от уровня приседания, а так же от танцевального образа.

III Раздел: Parterre.

Цель: формирование растяжки и хореографического шага.

Задачи:

1. Развивать выносливость, силу ног, рук, подвижность корпуса, координацию.
2. Развивать ахиллово сухожилие.
3. Развивать коленные и голеностопные связки.
4. Укреплять силу мышц.

Тема 3.1 Работа над пластичностью позвоночника.

Теоретическая часть. Ознакомление с движениями, которые делают позвоночник пластичным. Укреплять силу мышц.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы.

Разучивание движений для пластичности позвоночника. Все движения в parterre.

Упражнения от простого к сложному. Сидя на полу упражнения для стоп, колен, корпуса; лежа на полу для рук, ног, корпуса. Музыкальный размер 4/4. Темп спокойный.

- Полежать на спине и животе
- Свернуться клубочком, покататься с боку на бок.

- Оттягивать носочки
- Вытягивать ноги в коленях
- Доставать кончиками пальцев ног кончиками пальцев рук.
- Образное движение: кошка выгибает спину.
- Круговые движения ног, сгибая колени и лежа на спине

Тема 3.2 Растяжка.

Теоретическая часть. Ознакомление с растяжкой. По парам и самостоятельно. Работают все группы мышц. Мышцы расслаблены и не напряжены.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника.

Разучивание растяжки на все группы мышц.

IV Раздел: Allegro

Цель: Овладения основами Allegro.

Задачи:

1. Развивать элевацию.
2. Развивать силу ног, выносливость и волевою стойкость.
3. Развивать прыгучесть.
4. Укреплять силу мышц.

Тема 4.1 Прыжок.

Теоретическая часть. Ознакомление Allegro - разновидности прыжков в центре зала. Рассказ о прыжке. Суть этого движения заключается в максимальном отрыве от пола. Основная форма прыжка выполняется на месте с активным толчком вверх. Прыжки могут выполняться с продвижением вперед, и сторону и назад. Главное в любом из этих вариантов является толчок вверх. Это характерная черта прыжка. Выполняется на одной или двух ногах.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц.

Разучивание прыжка. Музыкальный размер 2/4 на 1/4 такта - легкие, равномерные, высокие. Низкие – по 1/8 такта, Сочетание прыжков разной длительности и чередования их между собой в различном характере. На двух ногах, на одной ноге, с двух на одну, с одной на две. Следить за подтянутостью корпуса, вводить руки и голову.

Тема 4.2 Подскок.

Теоретическая часть. Ознакомление с подскоком. Главное его особенность в небольшом отрыве от пола. Толчок выполняется без большого усилия и точно вверх. Выполняется на одной или двух ногах. Сочетается с шагом, продвижение исполнителя происходит на шаге, а подскок делается на месте.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка.

Разучивание подскоков. Музыкальный размер 2/4 исполняются в разном ритмическом рисунке с шагами и без.

Шаг с подскоком. Музыкальный размер 2/4. Исходное положение – VI позиция., руки на поясе.

«раз» - шаг с вытянутого носка правой ногой вперед, левая нога освобождается от пола;

«и» - небольшой толчок правой ногой вверх (подскок), левая нога, сгибается в колене, поднимается на 90*, её носок оттянут вниз;

«два» - шаг с вытянутого носка левой ногой вперед, правая нога освобождается от пола;

«и» - небольшой толчок левой ногой вверх (подскок), правая нога, сгибается в колене, поднимается на 90*, её носок оттянут вниз;

При исполнении движения корпус подтянут, следить за активным подъемом согнутой ноги на 90*.

Тема 4.3 Проскок - отскок.

Теоретическая часть. Ознакомление с проскоком. Это движение –при небольшом отрыве от пола обязательное продвижение вперед (скользящий характер движения) В сторону, назад движение будет называться Отскок. Движение должно быть небольшим коротким.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков.

Разучивание проскоков и отскоков. В разных ритмических рисунках и темпах. Вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной ноге.

Музыкальный размер 2/4. Исполняется коротко, легко со слегка согнутыми коленями.

Тема 4.4 Перескок.

Теоретическая часть. Ознакомление с перескоком. Движение говорит само за себя: в момент небольшого толчка вверх происходит перескок с ноги на ногу. Объяснить, чтобы представили перед собой преграду и перескочили через неё.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков.

Разучивание перескоков. Легко перепрыгнуть с ноги на ногу. Следить за оттянутостью стопы, ноги могут откидываться от колена назад или слегка подниматься вперед. Музыкальный размер 2/4 на 1/4 такта перескакиваем. Сочетать с шагами на полупальцах.

V Раздел: Танцевальные движения.

Цель: формирования основных знаний и умений исполнять танцевальные движения

Задачи:

1. Развивать правильную постановку корпуса.
2. Развивать эмоциональность.
3. Развивать ритмический слух.
4. Создания условий для улучшения усвоения учебно-танцевального материала.
5. Формирование эмоционально ценностного отношения к миру.
6. Развивать способность разводить любой рисунок самостоятельно на разнохарактерную музыку.
7. Развивать внимание и фантазию.
8. Раскрывать индивидуальные особенности на основе музыкальных ритмов.

Тема 5.1 Приставной шаг.

Теоретическая часть. Ознакомление с приставным шагом. Это движение на шагах. Шаги не сильно широкие. Исполняется в сторону, вперед и назад. Суть движения всегда сохраняется, меняется лишь направление продвижения.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности

позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков.

Разучивание приставного шага. Музыкальный размер 2/4, темп – умеренный. Исходное положение VI позиция. Руки на пояс.

«раз и» - шаг правой ногой в сторону (вправо), левая нога вытягивается в сторону (носок её вытянут), голова прямо.

«два и» - приставить левую ногу к правой ноге. VI позиция.

Проучит приставные шаги:

- с ударом всей стопой.
- с полуприседанием на двух ногах.
- с притопом.

Тема 5.2 Галоп.

Теоретическая часть. Ознакомление с танцевальным движением галоп. В галопе проявляется весь комплекс навыков и умений необходимых для юного танцора. Галоп – это активный шаг с вытянутой стопой (начинающийся с отведения ноги вперед или в сторону), прыжок (предопределенный умением отталкиваться от пола), в момент которого обе ноги соединяются в воздухе (важен навык ощущения подтянутого корпуса и мышц живота), опускание в мягкое приседание (завершающий элемент, придающий всему движению законченность и в тоже время, являющийся к повторению всего движения). Исполняется вперед и в сторону.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков. Танцевальные движения: приставного шага.

Разучивание галопа. Изначально разучивание по прямой линии, затем по кругу. Шаг в прямом галопе делается вперед, и задняя нога подбивает переднюю, плечи и бедра направлены прямо. В боковом галопе шаг делается в сторону, и продвижение происходит боком, здесь следить за разворотом плеч в сторону продвижения (ошибка). Исполняется легко, с небольшим отрывом от пола. Обязательно обе ноги соединяются в воздухе (во время подбивания одной ноги другой). Сочетается с приставным шагом. Исполняется по линиям или кругу, соло и в паре.

Тема 5.3 Движение в характере.

Теоретическая часть. Ознакомление с понятием движение в характере. Что такое темп, амплитуда, ритмическое решение, характер исполнения. Объяснить различия.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков. Танцевальные движения: приставного шага, галопа.

Разучивание движений в характере.

- темп (быстрый, умеренный, медленный);
- амплитуда (малая, средняя, большая);
- ритмическое решение;
- характер исполнения (резко – мягко, весело – грустно).

Тема 5.4 Разное музыкальное оформление.

Теоретическая часть. Ознакомление с музыкальными жанрами, с ладами, нюансами, динамическими оттенками.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercise на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса,

простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков. Танцевальные движения: приставного шага, галопа, движений в характере.

Разучивание движений в разных музыкальных оформлениях:

- жанры: полька, вальс, галоп, марш;
- лад: мажор – минор;
- нюанс: легато – стаккато;
- динамические оттенки (тихо – громко).

Тема 5.5 Ориентация в пространстве.

Теоретическая часть. Ориентация в пространстве – это рисунки, которые мы используем во время хореографических постановок. Круговые, линейные и смешенные.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков. Танцевальные движения: приставного шага, галопа, движений в характере, движений в разных музыкальных оформлениях.

Разучивание рисунков. При изучении исполняются основные упражнения и танцевальные движения в различных рисунках: один круг, два круга, круг в круге, одна, две линии, «змейка» Наклоны – стоя лицом в круг; выставлять ногу на носок или на пятку в паре лицом друг к другу; спокойным шагом гулять стайкой; а прыгать врассыпную.

Тема 5.6 Этюды, танцы.

Теоретическая часть. Понятия этюды и танцы. Различие между ними. Образно – ритмические, танцевальные, игровые. Этюды бывают сольные, массовые и парные, парно – массовые, сюжетно – ролевые.

Практическая часть. Повторение: поклона, позиций ног, наклонов и поворотов корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu. Exercice на середине: позиций рук по I, II, III позиции, наклонов корпуса, простого танцевального шага, бега, простого шага с ударами, топающего шага, переменного хода, тройного хода, приседанием полуприседания, полупальцы. Parterre: движений для пластичности позвоночника, растяжки на все группы мышц. Allegro: прыжка, подскоков, проскоков и отскоков, перескоков. Танцевальные движения: приставного шага, галопа, движений в характере, движений в разных музыкальных оформлениях, рисунков.

Разучивание этюдов, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 8- 16 - 32 такта. Разучивание танцев законченное произведение на 2-3 минуты.

После прохождения первого года обучения воспитанники должны знать:

- технику исполнения поклона
- технику исполнения exercise у станка
- технику исполнения exercise на середине
- технику исполнения parterre
- технику исполнения allegro
- технику исполнения танцевальные движения

После прохождения первого года обучения воспитанники должны уметь:

- выполнять поклон
- выполнять exercise у станка: позиции ног, наклоны и повороты корпуса, demi-plie, grand plie, releve, battement tendu.
- выполнять exercise на середине: позиции рук, наклоны корпуса, простой танцевальный шаг, бег, простой шаг с ударом, топающий шаг, переменный ход, тройной ход, приседания, полуприседания, полупальцы.
- выполнять parterre: работа над пластичностью позвоночника, растяжка.
- выполнять allegro: прыжок, подскок, проскок - отскок, перескок.
- выполнять танцевальные движения: приставной шаг, галоп, движения в характере, разное музыкальное оформление, ориентация в пространстве, этюды, танцы.
- в музыкальном произведении различать: вступление, развитие действия, кульминацию, развязку действия;
- в хореографических постановках уметь различать: вступление, развитие действия, кульминацию, развязку действия;

Тематический план второго года обучения

№ Раздел а тем	Название раздела, темы	Кол-во занятий	Общее количество часов		
			Всего часов	Теория	Практика
	Вводное занятие	1	2	1	1
1	Исполнительская техника	6	12	3	9
1.1	Поклон	1	2	0,5	1,5
1.2	Preparation	1	2	0,5	1,5
1.3	Позиции рук	4	8	2	6
2	Exercice у станка	38	76	19	57
2.1	Demi-plie	4	8	2	6
2.2	Grand plie	4	8	2	6
2.3	Battement tendu	3	6	1,5	4,5
2.4	Battement tendu с demi-plie	3	6	1,5	4,5
2.5	Battement tendu jete	3	6	1,5	4,5
2.6	Passe par terre	1	2	0,5	1,5
2.7	En dehors и en dedans	2	4	1	3
2.8	Demi rond de jambe par terre	2	4	1	3
2.9	Rond de jambe par terre	2	4	1	3
2.10	Sur le cou de pied	2	4	1	3
2.11	Battement developpe	3	6	1,5	4,5
2.12	Pas tombe	6	12	3	9
2.13	Grand battement jete	3	6	1,5	4,5
3	Exercice на середине	18	36	9	27
3.1	Epaulement croisee	1	2	0,5	1,5
3.2	Epaulement effacee	1	2	0,5	1,5
3.3	I форма port de bras	2	4	1	3
3.4	II форма port de bras	2	4	1	3
3.5	III форма port de bras	2	4	1	3
3.6	V форма port de bras	2	4	1	3
3.7	Pas de bourree без перемены ног.	2	4	1	3
3.8	Pas de bourree с переменной ног	2	4	1	3
3.9	Pas balance	2	4	1	3
3.10	Temps lie par terre	2	4	1	3
4	Allegro	26	52	13	39
4.1	Temps leve saute	4	8	2	6
4.2	Grand temps saute	4	8	2	6
4.3	Changement de pieds	2	4	1	3
4.4	Pas assemble	2	4	1	3
4.5	Pas glissade	5	10	2,5	7,5
4.6	Pas jete	3	6	1,5	4,5
4.7	Классические этюды	6	12	3	9
	Итоговое занятие	1	2	-	2
	Всего:	90	180	45	135

Содержание второго года обучения:

Вводное занятие

Теоретическая часть:

- история развития классического танца (приложение №2)
- цели и задачи второго года обучения;
- требования техники безопасности;
- требования пожарной безопасности;
- требования к одежде и обуви.

Практическая часть.

Знакомство с детьми. Просмотр балетов.

I Раздел: Исполнительская техника

Цель: формирования основных классических знаний и умений.

Задачи:

1. Прививать классическую форму – балетную осанку;
2. Развивать выворотность мягкость движений рук;
3. Развивать выразительность положений головы;
4. Воспитывать Музыкальность, выразительность и эмоциональность исполнения.

1.1 Поклон

Теоретическая часть. Начинаем занятие поклоном (как приветствием), создаем атмосферу значимости, даем возможность детям собраться и настроиться на контакт. Обращаясь к поклону, как к заключительной точке занятия, воспитываем в детях чувство благодарности и внимания.

Практическая часть.

Разучивание классического поклона, используя разные позиции ног.

1.2 Preparation

Теоретическая часть. Ознакомление с Preparation – это подготовительное упражнение для всех видов движений классического танца у станка и на середине, используется при Allegro и port de bras.

Практическая часть. Повторение: поклона.

Разучивание preparation у станка двумя руками и одной рукой за палку, на середине зала.

1.3 Позиции рук

Теоретическая часть. Ознакомление с позициями рук. Руки в классическом танце играют очень значительную роль. Они являются одним из наиболее выразительных средств исполнителей, придают законченность позе. Рукам принадлежит огромная вспомогательная роль: при вращении, для сохранения устойчивости, в Allegro. В классическом танце существуют III позиции рук, но четвертая это подготовительная позиция.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation.

Изучение позиций рук. Сначала на середине зала, затем одной рукой за палку. Музыкальный размер 3/4.

Темп медленный. Все позиции исполняются на 8 тактов.

- подготовительное положение;
- I позиция рук;
- II позиция рук;
- III позиция рук.

II Exercise у станка

Цель: формирования основных классических элементов.

Задачи:

1. Выработать гибкость, эластичность, выворотность ног;
2. Придавать плавность и мягкость движениям.

3. Развивать ахиллово сухожилие, коленные голеностопные связки и суставы.
4. Развивать опорную эластичность всей ноги, гибкость пальцев, упругость голеностопа, выворотность колена.
5. Развивать гибкость позвоночника, косых мышц спины, широчайших мышц спины, верхней части мышц спины, выворотность, выносливости, творческого мышления.
6. Развивать и укреплению мышц поясницы.
7. Вырабатывать устойчивость и элевацию.
8. Развивать подвижность голеностопного и коленного сустава.

Тема 2.1 Demi-plie

Теоретическая часть. Plie – это одно из сильнейших технических средств искусства классического танца. Как элемент входит почти во все движения классического танца. Исполняется плавно и равномерно, нет рвущих движений.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук.

Изучение demi-plie по I, II, III и V позициях. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала.

Музыкальный размер 4/4 на 2 такта. 4/4 – 1 такт. Темп медленный. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.2 Grand plie

Теоретическая часть. Grand plie – является развитием demi-plie, оно выполняется так же на двух ногах в какой – либо позиции, но с полным сгибанием колена и голеностопа. При исполнении во II позиции grand plie во время приседания пятки не отделяются от пола, а бедренные части ног образуют прямую горизонтальную линию. Исполняется плавно и равномерно, нет рвущих движений.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercise у станка: demi-plie.

Изучение grand plie по I, II, III и V позициях. Музыкальный размер 4/4 на 2 такта. 4/4 – 1 такт. Темп медленный. С использованием рук и головы во время движения. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала.

Тема 2.3 Battement tendu

Теоретическая часть. Battement tendu – это движение заключается в выворотности и скользящем отведении ноги из I или V позиции в одном из трех возможных направлений: вперед, в сторону или назад – в выворотном скользящем отведении ноги в исходную позицию. Движение это следует производить строго по прямой линии, идущей от пятки опорной ноги к носку отведенной ноги, и обратно. Никаких отклонений от этих направлений не допустимы. Является первичным элементом, с помощью которого достигается правильное вытягивание ноги от колена до кончиков пальцев. Это очень важный момент, он встречается буквально во всех движениях классического танца и особенно в поступательных.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercise у станка: demi-plie, grand plie.

Изучение battement tendu по I и V позиции вперед, в сторону и назад. С использованием рук и головы во время движения.

Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. Музыкальный размер 4/4 на 4 такта.

1 такт – выведение ноги на носок

2 такт – положение сохраняется.

3 такт – нога закрывается в исходное положение

4 такт – положение сохраняется.

Тема 2.4 Battement tendu с demi-plie

Теоретическая часть. Battement tendu с demi-plie – во время этого упражнения эти два движения сливаются в одно целое, что достигается в момент возвращения раскрытой ноги в исходную I или V позицию. Demi-plie при этом начинается несколько позже и окончательно углубляется, когда обе ступни соединяются в исходной позиции. Последующее отведение ноги существует по тому же принципу: выпрямление из с demi-plie начинается несколько раньше, а заканчивается по мере отведения ноги в заданном направлении.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu.

Изучение battement tendu с demi-plie по I и V позиции вперед, в сторону и назад. С использованием рук и головы во время движения.

Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. Музыкальный размер 4/4 на 4 такта.

1 и 2 такт - battement tendu.

3 и 4 такт - demi-plie.

Тема 2.5 Battement tendu jete

Теоретическая часть Battement tendu jete – нога в этом движении четко отбрасывается на высоту 25* и в том же темпе возвращается в исходную I или V позицию. Отбрасывается нога легким скользящим движением, выдерживая точное направление и высоту взлета 25*. Возвращать ногу надо без задержки, энергично прикасаясь к полу крепко вытянутыми пальцами, не ослабляя в этот момент, подъем, но и не задерживая дальнейшее скольжение ступни в исходную позицию. Отбрасывание и закрывание ноги должно протекать слитно и энергично. Опорная нога подтянута в колене и бедре. Обе ноги сохраняют выворотность и точность позиции.

направлении.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie.

Разучивание battement tendu jete по I и V позиции вперед, в сторону и назад. С использованием рук и головы во время движения.

Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. Музыкальный размер 4/4 на 4 такта, на 2 такта и на 1 такт.

Тема 2.6 Passe par terre

Теоретическая часть. Passe par terre- проведение ноги от одного направления к другому через I позицию. Работая нога вытянута вперед носком в пол. Закрыть её по прямой линии в I позиции и, не задерживаясь, отвести назад на носок. Тяжесть корпуса в I позиции не передается на работающую ногу. Через I позицию следует вести стопу без «завала» на большой палец, всей ступней по полу, не отделяя пятки, не поднимая пальцы, не заходя за пятку опорной ноги. Через I позицию нога может переводиться из положения в сторону вперед и назад.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete.

Разучивание passe par terre – вперед и назад. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения. Музыкальный размер 4/4 на 2 такта, 1 такт.

Тема 2.7 En dehors u en dedans

Теоретическая часть. En dehors и en dedans – понятие о направлении движения работающей ноги, о направлении поворота корпуса на одной или двух ногах даются по отношению к опорной ноге. Все движения от опорной ноги называются en dehors . Все движения, наоборот, к опорной ноге - en dedans. Понятия en dehors и en dedans необходимо усвоить, используя ряд примеров, так как эти элементы применяются на всех этапах обучения, во всех видах танца.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre

Разучивание en dehors и en dedans. Движение изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

- Встать в I позицию. Сделать правой ногой , battement tendu вперед и отвести её носок до II позиции – движение en dehors. Встать в V позицию. Правая нога сзади. Сделать поворот на 180* направо – 1/2 поворота en dehors.
- Встать в I позицию. Сделать правой ногой , battement tendu назад и отвести её носок до II позиции – движение en dedans . Встать в V позицию. Правая нога впереди. Сделать поворот на 180* налево – 1/2 поворота en dedans.

Тема 2.8 Demi rond de jambe par terre

Теоретическая часть. Demi rond de jambe par terre – пол круга (rond), работающей ногой. Исполняется en dehors и en dedans. Нога при выносе вперед доходит до стороны и закрывается в позицию. Подготовительное движение для rond de jambe par terre.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans.

Разучивание demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans. С использованием рук и головы во время движения. Движение изучаем у станка, затем на середине зала.

Музыкальный размер 4/4 4 такта, 2 такта.

Тема 2.8 Rond de jambe par terre

Теоретическая часть. Rond de jambe par terre – круг ногой по полу. Описывать круг носком работающей ноги по полу из I позиции вперед через IV позицию вперед, II позиция и IV позиции сзади. Круговращательное движение в тазобедренном суставе укрепляет ног и разрабатывает выворотность. Корпус предельно подтянут. Движение натянутой работающей ноги равномерно, свободно в бедре.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.

Разучивание rond de jambe par terre en dehors и en dedans. С использованием рук и головы во время движения. Движение изучаем у станка, затем на середине зала. Музыкальный размер 4/4 на 4 такта по точкам.

- rond de jambe par terre en dehors. Исходное положение – I позиция. По правилам battement tendu вывести вперед носок работающей ноги. Натянутым носком описывать дугу до II позиции, затем до IV позиции назад и закрыть в I позицию.
- rond de jambe par terre en dedans. Исходное положение – I позиция. По правилам battement tendu вывести назад носок работающей ноги. Натянутым носком описывать дугу до II позиции, затем до IV позиции вперед и закрыть в I позицию.

Тема 2.10 Sur le cou de pied

Теоретическая часть. Sur le cou de pied – движение развивает подвижность голеностопного и коленного сустава. Бывает двух видов sur le cou de pied спереди и сзади.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans.

Разучивание sur le cou de pied. Проучивается лицом к палке. Нога, согнута в колене, может занимать возле опорной ноги только следующие положения: «на щиколотке», «у икры» и «у колена», а опорная нога может оставаться вытянутой.

- Проучить условное sur le cou de pied.
- Рабочая нога спереди пятка, свод и пальцы ступни плотно охватывают щиколотку опорной ноги над внутренней лодыжкой - sur le cou de pied спереди.
- Сзади sur le cou de pied выполняется на том же уровне, что и спереди, но над наружной лодыжкой, и ступня не охватывает щиколотку опорной ноги, а только прикасается к ней пяткой.

Тема 2.11 Battement developpe

Теоретическая часть. Battement developpe – исполняется энергично, легко, несмотря на трудоёмкость. Это движение отлично отрабатывающее шаг на 90*, поэтому особенно важно, чтобы выполнения этого движение было легким, свободным и в то же время четким, энергичным.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied.

Разучивание battement developpe изучается сначала лицом к палке, затем одной рукой за палку и в центре зала. Музыкальный размер 4/4 на 2 такта. Исходная позиция V лицом к палке.

1 такт

«раз и два и» - подъем ноги retire (через условное sur le cou de pied) до колена.

«три и четыре и» -раскрыть ногу в сторону. Колено не понижается. Носок раскрывается до уровня колена. Нога выворотна в бедре и составляет одну линию с плечом.

2 такт

«раз и два и» - удерживать работающую ногу на 90*.

«три и четыре и» - опустить на носок и вернуться в исходную позицию.

Тема 2.12 Pas tombe

Теоретическая часть. Pas tombe вводится в ехерсисе для приобретения навыков передачи центра тяжести с одной ноги на другую, что обеспечивает устойчивость и координацию. Исполняется без продвижения со сменой ног в V позиции и с продвижением во всех направлениях. Исполняется носком в пол, на 45* и 90*.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Ехерсисе у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe.

Разучивание pas tombe носком в пол, на 45* и на 90* . Использованием рук и головы во время движения. Музыкальный размер 4/4 на 2 такта.

- С падением в demi-plie на раскрытую ногу по II или V позиции.
- Без продвижения со сменой ног в V позиции
- С продвижением во всех направлениях

Тема 2.13 Grand battement jete

Теоретическая часть. Grand battement jete выполняется в темпе быстрого и слитного броска ноги на 90*. Ноги отбрасываются легким скользящим движением ступни по полу и продолжает свой взлет с возрастающей силой, легко и свободно достигая высоты 90*. Возвращается нога сдержаннее, легко касаясь носком пола и обычным примером battement tendu закрывается в исходную позицию.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Ехерсисе у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe.

Разучивание grand battement jete. С использованием рук и головы во время движения. Движение изучаем у станка, затем на середине зала. Во всех направлениях. Музыкальный размер 2/4 на 2 такта. Характер энергичный.

III Ехерсисе на середине.

Цель: Обучение основам классических элементов на середине зала.

Задачи:

1. Приобретать апломб, свободную ориентацию во всех направления,
2. Раскрывать творческую индивидуальность исполнителя
3. Способствовать гармоническому развитию и формированию учащихся.
4. Способствовать навыкам сохранять длительное время выразительные позы.
5. «Распределять» тело в пространстве.
6. Развивать ловкость и виртуозность.

Тема 3.1 Epaulement croise

Теоретическая часть. Это часть необходима для приобретения апломба, свободной ориентации во всех направлениях, для раскрытия творческой индивидуальности исполнителя. Ознакомление с epaulement croise - это плоская, стойкая гордая фигура. Это положение является как исходным, так и заключительным для всех упражнений на середине.

Он применяется во всех прыжках и позах классического танца.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete.

Разучивание epaulement croise. Исходное положение V позиция ног, руки в подготовительном положении. Оба плеча и бедра направлены в 8 точку. Корпус подтянут, плечи опущены, прояснится не прогнута, колени вытянуты. Голова повернута направо, подбородок вскинут, взгляд открытый. Вся фигура плоская, стойкая гордая.

Тема 3.2 Epaulement effacee

Теоретическая часть. Ознакомление epaulement effacee – это положение необходимо изучать для исполнения поз классического танца.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине - epaulement croise.

Разучивание epaulement effacee. Исходное положение V позиция, правая нога впереди. Оба плеча и бедра направлены во 2 точку. Руки в подготовительном положении. Корпус подтянут, голова повернута налево.

Тема 3.3 I форма port de bras

Теоретическая часть. Ознакомление с port de bras – является составной и неотъемлемой частью всех движений классического танца. Движение корпуса в нем не может быть беззвучным – он всегда должен дополнять, «чувствовать» пластику движения рук и головы. Сценическое и многообразие их безграничности. Исполнять его нужно точно, но предельно просто и естественно. Это поможет свободно и творчески создавать сценические образы, а не механически повторять заученные жесты.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине - epaulement croise, epaulement effacee.

Разучивание I форма port de bras. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ на 8 тактов. Спокойный вальс. Повторяется по два или четыре раза.

Тема 3.4 II форма port de bras

Теоретическая часть. Ознакомление II форма port de bras –выполняя его, тщательно удерживать V позицию ног, подтянутость колена и бедра. Руки двигаются свободно и точно по всем правилам.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине - epaulement croise, epaulement effacee, I форма port de bras.

Разучивание II форма port de bras. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ на 4 такта. Исполняется два раза с остановками, затем плавно без остановок

Тема 3.5 III форма port de bras

Теоретическая часть. Ознакомление III форма port de bras – новый элемент перегибы корпуса; выполнять его плавно, со свободно опущенными и раскрытыми плечами, с точным положением рук и головы. Перегибаться назад по возможности во всех позвонках, а не только в пояснице, сохраняя при этом стройность корпуса. Голова отклоняется на столько, чтобы шея не была зажата.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине - epaulement croise, epaulement effecsee, I форма port de bras, II форма port de bras.

Разучивание III форма port de bras. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ на 8 тактов.

Тема 3.6 V форма port de bras

Теоретическая часть. Ознакомление V форма port de bras – точно удерживать V позицию ног, подтянутость колена и бедра, пластичность, в едином ритме с движением корпуса и головы переводить руки. В этом port de bras появляется, новый элемент боковое отклонение корпуса без поворота плеч в ту же сторону и в равномерном темпе. Голова во время перегибания корпуса слегка отклонена в том же направлении, без лишнего напряжения шеи.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecsee, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras.

Разучивание V форма port de bras. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ на 8 тактов, затем на 4 такта. Темп медленный.

Тема 3.7 Pas de bourree без перемены ног.

Теоретическая часть. Ознакомление pas de bourree – это движение выполняется выворотом, четко, на высоких полупальцах и упруго вытянутой ногой. Свободная нога столь же выворотом и четко переводиться в положение sur le cou de pied с хорошо вытянутыми подъемом и пальцами. Начальное и завершающее demi-plie следует выполнять эластично и мягко.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecsee, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras.

Разучивание pas de bourree без перемены ног. Разучивается сначала лицом к палке, затем на середине зала. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$. Сначала все переступания на каждую четверть музыкального такта, затем на восьмую его долю.

Тема 3.8 Pas de bourree с переменной ногой.

Теоретическая часть. Ознакомление с pas de bourree с переменной ногой. Это движение выполняется и в обратном порядке и повторяется с другой ногой.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecsee, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног.

Разучивание pas de bourree с переменной ногой. Разучивается сначала лицом к палке, затем на середине зала. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$. Сначала все переступания на каждую четверть музыкального такта, затем на восьмую его долю.

Тема 3.9 Pas balance

Теоретическая часть. Ознакомление pas balance – это движение состоит из равномерного переступания ног и небольшого покачивания корпуса, головы и рук. Выполняется сдержанно, без преувеличенного поворота головы или наклона корпуса, чрезмерного перевода рук, жестких акцентов в движении ног и без нарушения выворотности.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног.

Разучивание pas balance сначала без участия рук и в замедленном темпе. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ (вальс). Все три переступания ног выполняются на каждую четверть такта.

Тема 3.10 Temps lie par terre

Теоретическая часть. Ознакомление temps lie par terre – это маленькая композиция, объединяющая ряд движений и имеющая уже несколько артистичную окраску, так называемое Epaulement, то есть повороты корпуса, головы, сопровождаемые взглядом. Занимает одно из ведущих мест в обучении, способствует координации. Это первое упражнение на середине зала, где исполняется слитная танцевальная форма. Слагается оно из двух темпов и подразделяется на два вида.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance.

Разучивание temps lie par terre. Музыкальный размер 4/4 на 2 такта. Изучается в медленном темпе.

- Первый темп
- Второй темп

IV Allegro.

Цель: Обучение сложных и технически трудных движений в искусстве классического танца – прыжкам.

Задачи:

1. Развивать придельную легкость, эластичность и музыкальность.
2. Способствовать отобразить эмоциональное состояние своего героя.
3. Развивать элевацию.
4. Развивать умение фиксировать кульминацию во время взлета..
5. Развивать силу ног, выносливость и волевою стойкость.

Тема 4.1 Temps leve saute

Теоретическая часть. Ознакомление temps leve sauté – прыжок с двух на две. Заключается в том, что исходная позиция ног на маленьком взлете выдерживается до завершающего demi-plie.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Разучивание temps leve sauté. Вначале изучается лицом к палке, затем на середине зала. Исходное положение I позиция. Музыкальный размер 4/4 на 1 такт. Изучается по I, II, V позиции.

Тема 4.2 Grand temps saute

Теоретическая часть. Ознакомление grand temps sauté- высокий прыжок. Исполняется на углубленном demi-plie и на предельной высоте взлета с соблюдением всех правил выполнения этого прыжка.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté.

Разучивание grand temps sauté. Вначале изучается лицом к палке, затем на середине зала. Исходное положение I позиция. Музыкальный размер 4/4 на 1 такт. Изучается по I, II, V позиции.

Тема 4.3 Changement de pieds

Теоретическая часть. Ознакомление changement de pieds – прыжок из V позиции с переменной ног в воздухе в V позицию.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté, grand temps sauté.

Разучивание changement de pieds. . Вначале изучается лицом к палке, затем на середине зала. Исходное положение V позиция. Музыкальный размер 4/4 на 1 такт.

Тема 4.4 Pas assemble

Теоретическая часть. Ознакомление pas assemble – собранный прыжок.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté, grand temps sauté, changement de pieds.

Разучивание pas assemble. Вначале изучается лицом к палке, затем на середине зала. Исходное положение V позиция. Музыкальный размер 4/4 сначала движение исполняется отдельно – на такт, в дальнейшем по движению на каждую четверть.

Тема 4.5 Pas glissade

Теоретическая часть. Ознакомление pas glissade – скольжение (glissade) по своему характеру исключает высокий прыжок. Исполняется с продвижением вперед, в сторону и назад.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté, grand temps sauté, changement de pieds, pas assemble.

Разучивание pas glissade. Вначале изучается лицом к палке, затем на середине зала. Исходное положение V позиция. Музыкальный размер 4/4. Сначала каждое движение выполняется на один такт, впоследствии – на одну четверть. Характер музыкального сопровождения энергичный четкий.

- pas glissade вперед
- pas glissade в сторону
- pas glissade назад.

Тема 4.6 Pas jete

Теоретическая часть. Ознакомление pas jete – прыжок с одной ноги на другую. Аккомпанемент подчеркивает плавность demi-plie и отрывистость броска в прыжке.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté, grand temps sauté, changement de pieds, pas assemble, pas glissade.

Разучивание pas jete. Сначала jete изучается лицом к палке, перенося его на середину зала после того, как усвоится эластичность demi-plie и выворотность ног в конце прыжка. Музыкальный размер 4/4 на 1 такт.

Тема 4.7 Классические этюды.

Теоретическая часть. Классические этюды на основании проученного материала за год составляются классические этюды что может сочетаться с друг другом, Работа детей над этюдами самостоятельно, развивать импровизацию.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete. Exercice на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.

Allegro: temps leve sauté, grand temps sauté, changement de pieds, pas assemble, pas glissade, pas jete.

Самостоятельная работа учащихся над этюдами. В парах и дуэт. Музыкальный размер задается учащимися, совмещать движения из всех частей занятия.

После прохождения второго года обучения воспитанники должны знать:

- технику исполнения поклона
- технику исполнения ехерсісе у станка
- технику исполнения ехерсісе на середине
- технику исполнения allegro
- технику исполнения классических этюдов.

После прохождения второго года обучения воспитанники должны уметь:

- выполнять поклон
- выполнять ехерсісе у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, battement tendu с demi-plie, battement tendu jete, passe par terre, en dehors и en dedans, demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, sur le cou de pied, battement developpe, pas tombe, grand battement jete
- выполнять ехерсісе на середине: epaulement croise, epaulement effecce, I форма port de bras, II форма port de bras, III форма port de bras, V форма port de bras, pas de bourree без перемены ног, pas de bourree с переменной ног, pas balance, temps lie par terre.
- выполнять allegro: temps leve sauté, grand temps sauté, changement de pieds, pas assemble, pas glissade, pas jete.
- в классических этюдах уметь различать: вступление, развитие действия, кульминацию, развязку действия;

Тематический план третьего года обучения

№ раз-дела, тем	Название раздела, темы	Кол-во занятий	Общее количество часов		
			Всего часов	Теория	Практика
	Вводное занятие	1	2	1	1
1	Исполнительская техника	4	8	2	6
1.1	Поклон	1	2	0,5	1,5
1.2	Preparation	1	2	0,5	1,5
1.3	Позиции рук	1	2	0,5	1,5
1.4	Позиции ног	1	2	0,5	1,5
2	Exercice у станка	25	50	12,5	37,5
2.1	Demi-plie	1	2	0,5	1,5
2.2	Grand plie	1	2	0,5	1,5
2.3	Battement tendu	2	4	1	3
2.4	Battement tendu jete	2	4	1	3
2.5	Rond de jambe par terre	2	4	1	3
2.6	Rond de pied par terre	2	4	1	3
2.7	Подготовка к «штопору» и «штопор»	2	4	1	3
2.8	Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»	2	4	1	3
2.9	Упражнение на выстукивание	3	6	1,5	4,5
2.10	Battement developpe	3	6	1,5	4,5
2.11	Grand battement jete	2	4	1	3
2.12	Releve	1	2	0,5	1,5
2.13	Port de bras	2	4	1	3
3	Exercice на середине	59	118	29,5	88,5
3.1	Элементы русского танца	11	22	5,5	16,5
3.2	Элементы татарского танца	8	16	4	12
3.3	Элементы молдавского танца	9	18	4,5	13,5
3.4	Элементы украинского танца	12	24	6	18
3.5	Элементы цыганского танца	8	16	4	12
3.6	Элементы испанского танца	10	20	5	15
3.7	Вращения	1	2	0,5	1,5
	Итоговое занятие	1	2	-	2
	Всего:	90	180	45	135

Содержание третьего года обучения:

Вводное занятие

Теоретическая часть:

- история развития народно-сценического танца; (приложение №3)
- цели и задачи первого года обучения;
- требования техники безопасности;
- требования пожарной безопасности;
- требования к одежде и обуви.

Практическая часть. Знакомство с детьми. Просмотр видеоматериала по народно характерному танцу.

I Раздел: Исполнительская техника

Цель: формирования основных знаний и умений в народно-сценическом танце.

Задачи:

1. Прививать народно характерную форму;
2. Развивать выворотность мягкость движений рук и ног.
3. Развивать выразительность положений головы;
4. Воспитывать музыкальность, выразительность и эмоциональность исполнения.
5. Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
6. Укрепление физического и психологического здоровья.

1.1 Поклон

Теоретическая часть. Начинаем занятие поклоном (как приветствием), создаем атмосферу значимости, даем возможность детям собраться и настроиться на контакт. Обращаясь к поклону, как к заключительной точке занятия, воспитываем в детях чувство благодарности и внимания.

Практическая часть.

Разучивание народно-сценического поклона.

1.2 Preparation

Теоретическая часть. Ознакомление с Preparation – это подготовительное упражнение для всех видов движений народно-сценического танца у станка и на середине. Дает возможность подготовиться к исполнению упражнения, эмоционально настроиться, собраться.

Практическая часть. Повторение: поклона.

Разучивание preparation у станка двумя руками и одной рукой за палку, на середине зала. Музыкальный размер 2/4 на 2 такта, затем на 1 такт.

1.3 Позиции рук

Теоретическая часть. В народно-сценическом танце используются все позиции рук классического танца. Ознакомление с позициями рук. Руки в народно-сценическом танце играют очень значительную роль. Они являются одним из наиболее выразительных средств исполнителей. Руки принимают характерные положения свойственные различным национальным танцам.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation.

Изучение позиций рук. Сначала на середине зала, затем одной рукой за палку.

- Руки скрещены перед грудью (украинский, венгерский, польский танец)
- Рука заложена на затылке (поддерживает шапочку или венок)
- Руки подняты в сторону и согнуты в локтях, кисти на уровне глаз, пальцы собраны, как бы придерживая концы платка (татарский танец)

1. 4 Позиции ног

Теоретическая часть. Ознакомление с позициями ног. В народно-сценическом танце применяются все выворотные позиции классического танца, а так же существуют еще прямые позиции, закрытые позиции ног.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук.

Изучение позиций ног:

- II, III, VI прямую позицию
- I, II, закрытую позицию.

II Exercise у станка

Цель: формирования основных элементов народно-сценического танца.

Задачи:

1. развивать двигательный аппарат, эластичность связок определенной группы мышц, недостаточно занятых в классическом танце;
2. тренировать нервную систему, играющую ведущую роль в регулировании всей деятельности двигательного аппарата.
3. повышать технический уровень танца, работа над координацией, силой, ловкостью, точностью движений.

Тема 2.1 Demi-plie

Теоретическая часть. Plie – это одно из сильнейших технических средств искусства народно-сценического танца. Методика исполнения аналогична методике выполнения в классическом танце. Исполняется как плавно, так и резко, отрывисто. Исполняется в различных характерах народного танца

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиций ног.

Изучение demi-plie по всем позициям. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. Музыкальный размер 2/4 на 2 такта. 2/4 – 1 такт. Исполняется в характере русского танца. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.2 Grand plie

Теоретическая часть. Grand plie – является развитием demi-plie, оно выполняется так же на двух ногах в какой – либо позиции, но с полным сгибанием колена и голеностопа. При исполнении во II позиции grand plie во время приседания пятки не отделяются от пола, а бедренные части ног образуют прямую горизонтальную линию. Исполняется плавно и равномерно, нет рвущих движений.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercise у станка: demi-plie.

Изучение grand plie по всем позициям. Изучаем винтовое grand plie по VI позиции. Музыкальный размер 3/4 на 2 такта. Темп медленный. Исполняется в характере русского танца. С использованием рук и головы во время движения. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала.

Тема 2.3 Battement tendu

Теоретическая часть. Battement tendu – это движение заключается в выворотности и скользящем отведении ноги из I или V позиции в одном из трех возможных направлений: вперед, в сторону или назад – в выворотном скользящем отведении ноги в исходную позицию. Движение это следует производить строго по прямой линии, идущей от пятки опорной ноги к носку отведенной ноги, и обратно. Никаких отклонений от этих направлений не допустимы. Является первичным элементом, с помощью которого достигается правильное вытягивание ноги от колена до кончиков пальцев. Это очень важный момент, он встречается буквально во всех движениях классического танца и особенно в поступательных.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercise у станка: demi-plie, grand plie.

Изучение battement tendu:

- С переводом стопы с носка на ребро каблука. Музыкальный размер 2/4 на 2 такта. Исходная позиция V.
- с demi-plie. Музыкальный размер 2/4 на 2 такта. Исходная позиция V.

Исполняется во всех направлениях. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения. В характере русского, украинского, испанского танца.

Тема 2.4 Battement tendu jete

Теоретическая часть Battement tendu jete – маленький бросок, нога в этом движении четко отбрасывается на высоту 25* и в том же тепе возвращается в исходную I или V позицию. Отбрасывается нога легким скользящим движением, выдерживая точное направление и высоту взлета 25*. Возвращать ногу надо без задержки, энергично прикасаясь к полу крепко вытянутыми пальцами, не ослабляя в этот момент, подъем, но и не задерживая дальнейшее скольжение ступни в исходную позицию. Отбрасывание и закрывание ноги должно протекать слитно и энергично. Опорная нога подтянута в колене и бедре. Обе ноги сохраняют выворотность и точность позиции.

направлении.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu.

Разучивание battement tendu jete

- с одним ударом стопы по V позиции. Исходная позиция V. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт.
- с двумя ударами стопы по V позиции. Исходная позиция V. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт.

Удар во всех видах должен быть коротким и четким. Рабочая нога у щиколотки должна быть четка в положении, зафиксировано. Исполняется во всех направлениях. В характере русского, украинского, испанского танца.

Вначале изучаем у станка, затем на середине зала.

Тема 2.5 Rond de jambe par terre

Теоретическая часть. Rond de jambe par terre – круг носком по полу. Описывать круг носком работающей ноги по полу из I позиции вперед через IV позицию вперед, II позиция и IV позиции сзади. Круговращательное движение в тазобедренном суставе укрепляет ног и разрабатывает выворотность. Корпус предельно подтянут. Движение натянутой работающей ноги равномерно, свободно в бедре.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete.

Разучивание rond de jambe par terre:

- круг носком по полу. Музыкальный размер 3/4 на 2 такта. Исходная позиция I.
- с demi-plie. Музыкальный размер 3/4 на 2 такта. Исходная позиция I.

Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения. В характере молдавского танца.

Тема 2.6 Rond de pied par terre

Теоретическая часть. Rond de pied par terre – круг ребром каблука по полу.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre.

Разучивание rond de pied par terre:

- круг ребром каблука по полку. Музыкальный размер 3/4 на 2 такта. Исходная позиция I.
- с demi-plie. Музыкальный размер 3/4 на 2 такта. Исходная позиция I.

В характере молдавского танца. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.7 Подготовка к «штопор» и «штопор»

Теоретическая часть Подготовка к «штопор» и «штопор» - название движения получено оттого, что при правильном исполнении зрительно достигается впечатление ввинчивания ног в одну точку («штопор» - ввинчивание). Во время этого движения есть возможность хорошо изучить положение корпуса, ног, головы. Движение развивает силу мышц, эластичность связок, ловкость. «Штопор» исполняется рессорно.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre.

Разучивание

- подготовка к «штопор». Музыкальный размер 2/4 на 1 такта. Исходная позиция VI.

➤ «штопор». Музыкальный размер 2/4 на 2 такта, затем на ¼ такта. Исходная позиция VI. В характере татарского танца. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.8 Подготовка к «верёвочке» и «веревочка»

Теоретическая часть Подготовка к «веревочке» - движение является подготовительным упражнением для танцевального движения «верёвочка». Название «верёвочка» объясняется внешней формой движения ног, которые как бы заплетают веревочку. Подготовка к «веревочке» является одним из тренировочных упражнений, развивающих выворотность ног в тазобедренном суставе, а также вырабатывает силу четырехглавой мышцы бедра. При исполнении движения огромное внимание на точное скольжение рабочей ноги по опорной впереди или сзади. «Верёвочка» - это движение является элементом венгерского, русского, украинского танца.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercise у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор».

Разучивание

- Подготовка «веревочке»: - без подъема на полупальцы; с подъемом на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- «Веревочка»: вперед и обратно. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.

В характере украинского танца. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.9 Упражнение на выстукивание

Теоретическая часть. Упражнение на выстукивание – это группа упражнений исполняется с напряженной стопой, развивает силу и подвижность стопы, готовит к дробным движениям. В основе выстукиваний лежат удары всей стопой, каблуком, полупальцами. Удары бывают короткие, четкие, сильные, «припечатывающие». При коротких ударах рабочая нога как бы отскакивает от пола (не выше уровня щиколотки), при «припечатывающих» - стопа после удара фиксируется на полу.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercise у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка».

Разучивание упражнений на выстукивания.

- Чередований ударов стопой и полупальцами с одним и двумя ударами. Музыкальный размер 2/4 или 3/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- Чередований ударов стопой и полупальцами с одним и двумя ударами с шагом. Музыкальный размер 2/4 или 3/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- С разворотом рабочей ноги. Музыкальный размер 2/4 или 3/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- С переносом рабочей ноги. Музыкальный размер 2/4 или 3/4 на 1 такт. Исходная позиция V.

В характере цыганского, испанского танца. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.10 Battement developpe

Теоретическая часть. Ознакомление с battement developpe. Developpe – в переводе с французского означает вынимать, раскрывать. В народно-сценическом танце встречается плавное (legato) и отрывистое (staccato). Непосредственно само battement developpe исполняется по всем правилам классического танца.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercise у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания.

Разучивание battement developpe:

- Плавное (legato). Музыкальный размер 4/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- Резкое (staccato). Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- С одинарным ударом пятки опорной ноги. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.

В характере цыганского, испанского танца. Исполняется во всех направлениях. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.11 Grand battement jete

Теоретическая часть. Ознакомление с grand battement jete – большой резкий бросок. Развивает шаг, укрепляет мышцы ног, живота и спины, активизирует работу корпуса. Исполняется по всем правилам классического танца. Но в народно-сценическом танце есть ряд других разновидностей.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe.

Разучивание grand battement jete:

- С вытянутой и «сокращенной» стопой. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.
- с demi-plie на опорной ноге. Музыкальный размер 2/4 на 1 такт. Исходная позиция V.

В характере цыганского, испанского, украинского танца Исполняется во всех направлениях. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.12 Releve

Теоретическая часть. Ознакомление с releve – подъем на полупальцы стоя на двух ногах в какой-либо позиции и последующем опусканием на всю ступню. Развивает опорную эластичность всей ноги, гибкость пальцев, упругость голеностопа, вытянутость колена. При исполнении корпус, плечи опущены и раскрыты, хорошо подтянуты мышцы живота (особенно во время поднимания на полупальцы). Прямая спина дает возможность ощущать устремленность вверх, что так необходимо в прыжках. Центр тяжести тела распределен равномерно на обе ноги. Голова держится крепко, взгляд направлен вперед.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук. Exercice у станка:

demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete.

Разучивание releve по открытым и прямым позициям на двух и одной ноге.

В характере молдавского танца Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Тема 2.12 Port de bras

Теоретическая часть. Ознакомление с port de bras упражнение для рук и корпуса. Развивает гибкость и пластичность корпуса. В него входит не только перегибы корпуса, но и наклоны, повороты с различными движениями рук. Исполнения этих элементов учит свободно владеть своим телом, придавать красоту и выразительность движениям.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve.

Разучивание port de bras:

- наклоны корпуса.
- перегибы корпуса.

Музыкальный размер 3/4, 4/4, 6/8. Вначале изучаем у станка, затем на середине зала. С использованием рук и головы во время движения.

Исполняется в характере восточного, цыганского, молдавского, испанского, русского танца.

II Exercice на середине.

Цель: Обучение основам народно-сценических элементов на середине зала.

Задачи:

1. Подготовить физически и эмоционально к восприятию движений различных народов и сценических танцев.

2. Развивать танцевальную выразительность, выработка манеры исполнения танцев различных национальностей.
3. Воспитывать танцевальную культуру.

Тема 3.1 Элементы русского танца

Теоретическая часть Рассказ о происхождении русского танца. Его особенности и характеристики. Особенности русского танца заключаются в замысловатых, живописных ходах и группировках. О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских. Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras.

Разучивание элементов русского танца:

1. Положения ног, рук, головы и корпуса.
2. Положения рук в парных и массовых танцах.
3. Движения рук:
 - раскрытие рук в стороны,
 - движения рук с платком,
 - перевод рук из стороны в сторону,
 - скрещивание рук перед грудью.
4. Основные движения:
 - простой шаг,
 - переменный шаг,
 - дробный шаг,
 - виды проходов
5. Боковой ход:
 - «припадание»,
 - «гармошка»,
 - «елочка»
6. Дроби:
 - дробная дорожка,
 - дробь с подскоком, дробь с подскоком и переступанием (на месте, с продвижением, в повороте).
7. «Верёвочка»:
 - простая,
 - синкопированная,
 - двойная,
 - с переступание.
8. «Моталочка»
9. «Молоточки»
10. «Ковырялочка»
11. Хлопки и удары:
 - одинарные (фиксирующие и скользящие),
 - двойные (сдвоенные),
 - тройные (строенные).
12. Вращения:
 - на подскоках,
 - в сочетании с дробными движениями.

Разучивание русского этюда, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 32 - 64 такта. Разучивание русского танца, законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.2 Элементы татарского танца

Теоретическая часть. Рассказ о происхождении татарского танца.

О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских.

Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец.

Разучивание элементов татарского танца:

1. Положение рук, ног, головы и корпуса
2. Ходы:
 - основной ход,
 - пружинистый ход,
 - ход с каблука,
 - боковой ход с поворотом стопы,
 - ход с продвижением
3. Основные движения:
 - Одинарные и двойные чалыштыру,
 - «борма»,
 - «забивание гвоздей»,
 - «люлюка»,
 - «елочка»,
 - «строчка»
4. Дробные ходы и дробь:
 - первый дробный ход,
 - второй дробный ход,
 - старинная дробь,
 - мягкая дробь.
5. Прыжки:
 - прыжок в повороте,
 - прыжок с поджатой ногой,
 - скрещивание ног в прыжке.
6. Вращение.

Разучивание татарского этюда, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 32 - 64 такта. Разучивание татарского танца, законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.3 Элементы молдавского танца

Теоретическая часть. Рассказ о происхождении молдавского танца.

О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских.

Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец, татарский танец.

Разучивание элементов молдавского танца «Хора»:

1. Положение рук, ног, головы и корпуса.
2. Ходы и основные движения:
 - шаг в сторону с открыванием другой ноги вперед в сокращенном положении с подъемами на полупальцы.
 - плавные шаги в сторону в перекрещенное положение.
 - шаги вперед и назад в полуприседание и с подъемом на полупальцы,
 - шаг в сторону на полупальцы или ребро каблука в открытом положении с вытянутым коленом.

Разучивание молдавского танца «Хора», законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.4 Элементы украинского танца

Теоретическая часть. Рассказ о происхождении украинского танца.

О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских.

Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец, татарский танец, молдавский танец «Хора»,

Разучивание элементов украинского танца:

1. Положение рук, ног, головы и корпуса.
2. Положение рук в паре.
3. Основные движения:
 - «бигунец»,
 - «вихилясник», «ковырялочка»
 - «верёвочка» с переступанием, простая, в повороте.
 - «голубец» на месте, с продвижением.
 - Медленный женский ход с остановкой на третьем шаге,
 - Ход назад с остановкой,
 - «припадание» - боковой ход,
 - «дорожка – плетёнка»

Разучивание украинского этюда, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 32 - 64 такта. Разучивание украинского танца, законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.5 Элементы цыганского танца

Теоретическая часть. Рассказ о происхождении цыганского танца.

О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских.

Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец, татарский танец, молдавский танец «Хора», украинский танец,

Разучивание элементов цыганского танца:

1. Положения рук, ног, головы и корпуса.
2. Ходы и основные движения:
 - основной ход вперед,
 - ход с продвижением назад,
 - дробный ход (два вида),
 - ход с чечеткой,
 - женский боковой ход,
 - «голубец» с переступанием.
3. Повороты и вращения.
4. Хлопки и «хлопушки»
5. Дрожь плечей
6. Владение шалью.

Разучивание цыганского этюда, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 32 - 64 такта. Разучивание цыганского танца, законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.6 Элементы испанского танца

Теоретическая часть. Рассказ о происхождении испанского танца.

О традициях, обычаях, костюмах женских и мужских.

Географических особенностях этого народа.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор»,

«верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец, татарский танец, молдавский танец «Хора», украинский танец, цыганский танец.

Разучивание элементов испанского танца:

1. Постановка корпуса.
2. Позиции и положения рук.
3. Позиции и положения ног.
4. Движение рук - port de bras.
5. Ходы:
 - удлиненные шаги в полуприседании,
 - удлиненные шаги вперед на всю стопу в полуприседание с двумя последующими переступаниями,
 - сценический ход pas de basque.
6. Pas balance с различными положениями корпуса и рук.
7. Sissonne pas de bourree
8. Шаг с выбрасыванием ноги вперед,
9. Sissonne с поворотом.
10. Chasse с ударом стопы в пол
11. Pas de chat.
12. Rond de jambe par terre с прыжком.
13. Rond de jambe par terre на demi-plie.
14. Renverse.
15. Выстукивание:
 - Чередование ударов стопы и полупальцев,
 - Удары каблучков и полупальцев,
 - Шаг по диагонали с одним или двумя ударами полупальцев.

Разучивание испанского этюда, музыкальный размер 2/4, 3/4 на 32 - 64 такта. Разучивание испанского танца, законченное произведение на 2-3 минуты.

Тема 3.7 Вращение

Теоретическая часть. Развитие координации: для чего нужно вращение?

Вращение нужно для устойчивости и развития вестибулярного аппарата, что приводит также к развитию координации движений. Развитие координации. Вращение в полный поворот дает большую нагрузку на вестибулярный аппарат, что соответственно приводит к его дальнейшему развитию.

Практическая часть. Повторение: поклона, preparation, позиций рук, позиции ног. Exercice у станка: demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras. Exercice на середине: русский танец, татарский танец, молдавский танец «Хора», украинский танец, цыганский танец, испанский танец.

Разучивание вращения:

- На середине зала пол поворота, полный поворот.
- В диагонали.

После прохождения третьего года обучения воспитанники должны знать:

- технику исполнения поклона, preparation.
- технику исполнения exercise у станка
- технику исполнения exercise на середине
- технику исполнения народно-сценических танцев.

После прохождения второго года обучения воспитанники должны уметь:

- выполнять поклон, preparation, позиций рук, позиции ног.
- выполнять exercise у станка demi-plie, grand plie, battement tendu, , battement tendu jete, rond de jambe par terre, rond de pied par terre, «штопор», «верёвочка», упражнений на выстукивания, battement developpe, grand battement jete, releve, port de bras.
- выполнять Exercise на середине:
 - ✓ русский танец,
 - ✓ татарский танец,
 - ✓ молдавский танец «Хора»,
 - ✓ украинский танец,
 - ✓ цыганский танец,
 - ✓ испанский танец.
- выполнять вращения на середине зала и в диагонали.

Список литературы, использованной при написании программы:

1. Парфенов В.И., «Основы композиции танца».- Ч., 2003г.
2. Дубских Т.М., «Башкирские и татарские танцы на южном Урале». – Ч., 2002г.
3. Бриске И.Э., «Мир танца для детей», - Ч., 2005г.
4. Бриске И.Э., «Народно-сценический танец и методика его преподавания», - Ч., 2007г.
5. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И., «Основы характерного танца», - М. 2006г.
6. Бриске И.Э., «Экзерсис народно-сценического танца» в двух частях, - Ч., 1989г.
7. Бриске И.Э., Вдовенко Н.Н., Дубских Т.М., «Теория и методика преподавания народно-сценического танца», - Ч., 2002г.
8. Нарская Т.Б., «Классический танец» методические рекомендации., - Ч., 2003г.
9. Бриске И.Э., «Классический танец», - Ч., 1988г.
10. Нарская Т.Б., «Классический танец», - Ч., 2006г.
11. Тарасов Н.И., «Классический танец», - М., 2005г.
12. Ивлева Л.Д., «История преподавания танца», - Ч., 2006г.
13. Ивлева Л.Д., «Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом», Ч. 2004г.
14. Куклин А.В., Ивлева Л.Д., «Анатомические – физиологические основы обучения хореографии», - Ч., 2006г.
15. «Методические рекомендации по экзерсису у станка и на середине зала», - Ч., 1988 г.
16. «Учимся танцевать. Азбука балета», - М., 2001 г.
17. «Методическая разработка для преподавателей хореографических коллективов», - М., 1987 г.

Зарождение профессионального танцевального искусства в России связано с именем плясуна **Ивана Лодыгина**, которого царь Михаил Федорович в **1629** г. ввел в штат своего двора и вменил ему в обязанность обучать танцам пять человек, приказав представить разные игры, танцы и прочие увеселения во французской пляске. И. Лодыгин - первый на Руси учитель танцев.

Возникновению при дворе царя Алексея Михайловича иноземного балета. В **1672** г. пастором **Иоганом Грегори** был организован Кремлевский театр, в репертуар которого входили драматические пьесы иностранных авторов. Каждый акт должен был заканчиваться театральным танцем, именовавшимся балетом.

По инициативе **Петра I** ввел преподавание бальных танцев как обязательный предмет в казенных учебных заведениях. Примечательно, что на этом раннем этапе становления общеевропейского бального танца в России обнаружилась характерная особенность в отношении русских ко всему иноземному. Основываясь на своей древней танцевальной культуре, русские сразу переиначивали на свой лад зарубежные танцы.

В **1731** году в Петербурге было открыто привилегированное дворянское учебное заведение – **шляхетный кадетский корпус**. В его учебном плане большое место отводилось изучению бальных танцев. Танцмейстером корпуса в **1734** г. был назначен **француз Жан Батист Ланде**, который стал одним из основоположников профессионального хореографического образования в России.

4 мая 1738 г. в России была основана государственная балетная школа, в которой обучались только русские - недавние крепостные, бережно хранившие свои эстетические установки в искусстве танца. Педагогом был тот же **Ж.Б. Ланде**.

Русские в исполнении менуэта избежали манерности и слащавости, присущих большинству французских исполнителей. Virtuозность итальянского танца в исполнении русских одухотворялась внутренним смыслом

С **1759** г. во главе русского балета стал **Франц Гильфердинг**. Его деятельность в области развития сценического танца была очень плодотворной. Он не только знакомил русских учеников с новейшими достижениями зарубежной танцевальной техники, но и развивал их индивидуальность.

В **1766** г. в Петербург из Австрии был приглашен новый балетмейстер (австриец) **Гаспаро Анджиолини** мало уделял работе в школе.

в **1783** году из-за границы был выписан **Джузеппе Канциани** сумел не только выправить положение в петербургской балетной школе, но и воспитать новые, значительно более подготовленные, кадры русских артистов балета

В **1773** году в Москве "было введено изучение театрального искусства и оборудован учебный театр. Приглашенный учитель - **итальянец Филиппо Бекари** вместе с женой. Однако сознательное, творческое отношение к искусству в нем было подменено в подражание балетной итальянщине - бессмысленной муштрой, свелось к погоне за самоценной «техничностью» и «виртуозностью».

В **1778** г. во главе балетных классов воспитательного дома стал **Леопольд Парадиз**. Индивидуальный подход к учащимся, вытекавший из требований новой педагогической мысли того времени, стал в дальнейшем основным правилом русского хореографического образования.

С **1784**г. в Воспитательном доме стал преподавать **Козимо Морелли**.

В **1793** году в школе был утвержден единый учебный план. Все питомцы ее обязаны были заниматься музыкой, пением, танцами, драматическим искусством и живописью.

Танец мог сохранять элементы виртуозной итальянской техники, включая начала акробатического искусства актеров комедии дель арте. Одновременно на петербургской сцене Шарль ле Пик пропагандировал французскую манеру танца. В практику школьного обучения входили медленное адажио с выразительными позировками тела, аллегро, куда уже включались прыжки с заносками и пируэты.

В **1794** году во главе Петербургского училища впервые стал русский педагог **И.И. Бальберх**.

1794 г. был ознаменован появлением первого русского учебника танца. **Книга** называлась «**Танцевальный учитель**» и была написана преподавателем Шляхетного корпуса **И. Кусковым**. Она представляла собой самостоятельный труд. «Танцевальный учитель» был посвящен изучению менуэта, который в то время еще оставался основой профессионального хореографического образования и воспитания

Шарль Дидло осуществил окончательный переворот в русском танце. Он ввел как основной жанр танца «de grand serieux» (серьезный), который, если и не очень увлекателен, но навсегда останется самым прекрасным и самым трудным, основой всех прочих. Стилль Дидло хранит тонкое ощущение линии XVIII века, в нем еще сохранилась интимность. В силу того, что танца на пальцах еще не было, большое внимание уделялось воспитанию апломба, т.к. танцевать балерине предстояло почти без поддержки. В исполняемых па (вариаций еще не было) как отголосок XVIII века применялось очень много апломбов (длительной выдержки неподвижной позы на полупальцах на одной ноге). Танец Дидло видоизменялся благодаря влиянию русской народной пляски, которая была его любимым занятием и зрелищем. Танцы первой русской школы легки, законченны, умелы, но не порывают с мягкой пластикой русской женщины и полны неги, чувства и благородства. Обучение длилось 8-9 лет. Сначала делали разного рода батманы, потом учили разные партерные движения, па, не сопряженные с прыжками, под разные размеры музыки для балльных и разнохарактерных танцев. Главным достоинством у старых танцевальных учителей было то, что они долгое время держали учеников на менуэте. Этот танец выправляет фигуру, приучает ловко кланяться, ходить прямо, грациозно протягивать руку, - делает все движения и манеры приятными. Менуэт приносил еще и другую пользу: если ученик был сутуловат от природы, то от очень часто повторяемого ему учителем приказания держаться прямо молодые члены его выправлялись, и сутуловатость исчезала.

Появление туники, бескаблучной туфли, трико способствовали расцвету виртуозной техники того театрального танца, который вскоре назовут классическим. Возникают новые разновидности вращательных движений. Намечаются первые элементы дуэтного танца (будущего адажио). Наряду с мелкими партерными па все чаще практикуются широкие, разнообразные прыжки и полеты. Женский танец сначала обогащается за счет мужского, затем сравнивается с ним, а позднее оттесняет его на второй план. Росту танцевальности способствовала новая стилистика женского танца. В основе ее лежат мотивы античной живописи и ваяния. Воспринимая у пантомимы средства изобразительности, танец значительно расширял свои возможности. Женский танец в этот период достиг больших высот.

Появление позиции на пальцах имело огромное значение для развития женского классического танца в русском балете и позволило танцовщице занять главенствующее положение в балете. Вместе с тем проникновение на сцену народных танцев не могло не оказывать влияния на манеру исполнения балетного танца.

Во Франции в этот период появляется романтический танец, создателем которого стали **Филиппо Тальони** и его дочь **Мария**. После отъезда Дидло преподавателями в школе стали сначала **Алексис Блаш**, потом **Пьер Фредерик** и **Антуан Титюс** которые не уловили тальониевского переворота в танце. После гастролей М. Тальони в Париже в **1827** году все в танце переменялось, быстро распространялась ее **манера вставать на пуанты**. Танец сороковых годов - незавершенный тальонизм на русской почве, тальонизм без пуантов.

Вторая русская школа» (1848 -1888). В начале 60-х годов сценические танцы разделяются на классические, национальные, характерные и гротесковые. Классические танцы состоят из 4-х частей: выход, adagio, allegro, coda. Национальные танцы выражают характер, саму природу той или другой национальности, они носят на себе печать исторического развития народа.

Имя, на котором полвека будет держаться весь русский балет. Начиная с 1848 г. в России работали два Петипа сын и отец. Введена была новая школа танца, прежде всего танец на пальцах. Характерные черты для двух вершин «второй русской школы»- просматриваются в исполнении двух балерин: Марии Петипа и Марфы Муравьевой. **Петипа** отличала мягкость, нежность, женственность, наивность, однако технически это была не очень сильная виртуозка. У **Муравьевой** мимика и пантомима почти отсутствовали, но был первостатейный талант в технике танцев. Все, что она делала, танцуя на пальцах, было изумительно и превосходно. Качество труппы во времена «второй русской школы»- определяли не только танцы балерин - школа блистала выдающимся кордебалетом. В этот период усиливается популярность характерных танцев, т.к. только в этих танцах артистке дается простор показать не только свои «стальные носки» и «удивительные пуанты», но и свою душу, выраженную в танце того или другого народа. В характерных танцах танцовщица стоит на голову выше драматической актрисы, изображая не характер известного лица, а характер народа..

Особенностью «второй русской школы» является и дифференциация специальностей. С одной стороны, всякая классическая танцовщица культивирует свой особый жанр танцев. С другой стороны, характерные

танцы выделились в особую специальность. Это был громадный шаг вперед на пути к симфонизации танца. Путь далек от завершения еще и в наши дни, нельзя сказать, чтобы классический танец сразу освободился вполне от налета черт характерного. По мере того, как классический танец освобождается от черт характерного и подымается на уровень условного языка искусства, близкого по значению к языку симфонической музыки, характерный танец, в свою очередь, освобождается от черт классического, театрального танца и приближается к стихии народных, национальных танцев - неисчерпаемому источнику для вдохновения, подобному песенному богатству народов. Для обоих видов танца отчетливое их разделение - явление крайне благотворное.

Пятилетнее пребывание **Марии Тальони** в России не прошло бесследно. **Во-первых**, русские танцовщицы переняли не только новизну в манере исполнения, но также узнали о пальцевой технике. В связи с этим изменился и балетный башмак: его мягкий заостренный носок становился тверже и квадратнее, обеспечивая танцовщице устойчивую опору, а опора была нужна, т.к. возрастали быстрота и количество вращений, стремительность бега на пальцах с четкой фиксацией остановок. Если в **1840-х** годах исполнительница поднималась **на пальцы в проходящих движениях**, то к **1860-му** году она уже **прочно стояла, бегала и вертелась на пальцах**, выполняя движения, которые раньше нуждались в поддержке партнера. Поэзия выразительного танца отступала перед техникой «стального» носка.

«Вторая русская школа» блистала выдающимися солистками и разнообразием танцев. К тому же эпоха «второй русской школы» приносит разделение специальностей танца, что явилось громадным шагом в совершенствовании танцевального искусства в России.

Классический танец отличается от других видов танцев по следующим признакам:

- это всегда сценический танец;
- движения этого танца искусственны: его исполняют на вытянутых ногах в выворотном положении;
- содержание в нем передается обобщенно, символически.

Для всех разновидностей классического танца свойственны одни и те же формы.

Формы классического танца - вариация (сольный танец), дуэт (адажио), ансамбль, массовый танец.

Вариация существует как самостоятельно (концертная форма исполнения), так может являться составной частью композиции других форм. Вариация, как и другие формы классического танца, является исторически сложившейся формой и имеет определенную структуру

Вариации делятся:

- **«партерных»** вариаций характерны широкие и плавные движения, исполняемые как в медленном, так и в быстром темпе. Композиция таких вариаций включает в свой арсенал в качестве выразительных средств пальцевую технику и разнообразные виды вращений.
- **«воздушных»** вариаций составляют разнообразные прыжки, воздушные и партерные туры. Движения «воздушных» вариаций, как правило, комбинируются с движениями партерного характера.

Дуэт в основе лежит взаимоотношение двух героев. Через всю композицию дуэта проходят две пластические линии. Стиль и характер движений создаются на основе отношений персонажей. Движения партнера диктуются пластическим поведением партнерши. Образуется сдвоенный пластический ряд. Дуэт исполняется в характере адажио и обычно очень насыщен элементами поддержки;

Основной задачей в обучении является создание условий для овладения школой классического танца. Школу составляют определенные выразительные средства, обеспечивающие законченность движения, упражнения, комбинации. Школу характеризуют координация движений в сочетании с музыкой, кантиленность перехода от одного движения к другому, точность позиций рук - основы законченности позы, выразительность каждого положения тела.

В основе обучения лежит конкретная программа, имеющая четкую конечную цель с учетом уровня физических данных учеников.

Овладеть школой классического танца основного языка хореографии помогут **методы** развития физических данных, исправления недостатков физического сложения, воспитание осанки, музыкальности. Педагогу необходимо быть рядом с обучающимися, а не «над ними». Выбрать методику, полную неожиданных вариантов, способствующих возникновению интереса к обучению, формированию постоянного активного взаимодействия педагог - ученик.

Классический танец должен рассматриваться как духовный источник, способ развития целостного мышления. Следует подчеркивать единство и родство классического танца и музыки, выраженное в их взаимодействии, как основа всего учебного процесса.

Педагог постоянно обращается к разуму ученика, ибо недогрузка эмоционально-образной сферы притупляет остроту восприятия, интуицию, приводит к угасанию творческих способностей. К тому же знания только формально-логического происхождения воспринимаются как сухие правила, схемы, понятия. Одним из синтезирующих начал, обеспечивающих обучение, является музыка. Она позволяет понять движение «изнутри» - телом, чувством, мыслью, что подчеркивает выразительность и индивидуальность исполнителя.

Танец и музыка в совокупности существуют как представление человека о самом себе, как средство самопознания и самовыражения. Для овладения педагогикой необходимо изучать историю преподавания классического танца, особенно тем, кто не получил базового хореографического образования, имеет ограниченные физические данные.

Каждый урок классического танца опирается на закономерности своего развития и строится по принципу от простого к сложному, от малого к большому и является как бы очередным, последовательно усложняющимся звеном в цепи всего курса обучения.

Любой урок классического танца состоит из четырех частей.

Первая — экзерсис, то есть изучение элементарных движений, из которых затем слагаются самые сложные формы классического танца. Экзерсис должен быть отлично усвоен учениками, иначе нельзя овладеть точной техникой исполнительского мастерства.

Большую ошибку допускают те, кто рассматривает экзерсис как нечто второстепенное, предназначенное лишь для «разогревания ног». Экзерсис необходим не только начинающему, но и квалифицированному танцовщику для постоянного укрепления и совершенствования основ его исполнительского мастерства.

Экзерсис на середине зала, как правило, составляется компактнее, короче и техничнее. Построение его следует от года к году постепенно усложнять и сокращать количество отдельных упражнений. Но как бы ни был построен экзерсис на середине зала, он всегда должен лишь хорошо подготовить ученика к следующей части урока, а не подменять ее.

Вторая часть урока — adagio — это работа над всесторонним овладением позами классического танца и самой разнообразной их связью. Если в экзерсисе при помощи многократного повторения различных *battements* и других движений в одном и том же упражнении отрабатывается элементарная техника танцевального мастерства, то в *adagio* усваиваются характер, манера и техника, необходимые для исполнения большой и плавной танцевальной фразы.

В третьей части урока — allegro — осваиваются различные прыжки классического танца. Если в экзерсисе осваиваются элементарные навыки, в *adagio* ведется работа над позами и танцевальной фразой в медленном темпе, то здесь все это суммируется и отрабатывается в темпе прыжка, большого и малого, простого и сложного, мягкого и трамплинного, стремительного и сдержанного.

Четвертая, завершающая часть урока предназначена для того, чтобы организм учащихся после напряженной работы окончательно пришел в состояние покоя при помощи выполнения различных форм *port de bras*.

Такое построение урока позволяет проводить его с постепенным усложнением, без резких подъемов и спадов. При этом каждая часть урока также должна иметь свою кривую с постепенным нарастанием и некоторым спадом в конце, что позволяет ученикам приступать к выполнению следующей части урока со свежими силами.

В каждой части урока рекомендуется вначале выполнять движения не сложные по своей структуре, но вызывающие у учеников особое напряжения внимания и памяти, но постепенно повышающие физическую трудность исполнения. Затем можно переходить к сложным движениям, которые вызывают более высокую степень напряженности внимания и затрату физических сил. И, наконец, следует приступать к движениям, выполнение которых требует максимального напряжения внимания, но позволяет уменьшить физическую нагрузку в каждой части урока, кроме последней. Сложные силовые упражнения рекомендуется чередовать с более легкими, чтобы в процессе занятий ученики могли восстанавливать свои силы и свободнее и легче преодолевать дальнейшие трудности урока.

Помимо общего темпа проведения урока большое учебное значение имеет и темп исполнения отдельных упражнений или целых комбинаций. Движения классического танца отличаются друг от друга по темпу исполнения в зависимости от сложности их построения, условий выполнения и стадии разучивания.

Медленный темп хорошо вырабатывает внимание, память, ритмичность, точность, эластичность, устойчивость, кантиленность движения и т. д. Чем старше класс, тем более ускоряется темп исполнения движения, но учебный подход к нему должен оставаться всегда неизменным.

Не менее существенное значение в построении урока занимает методика составления комбинированных заданий. Задания эти могут быть малые и большие, элементарные и сложные, но все они должны помочь развитию определенных исполнительских приемов техники танцевального мастерства. Движения, из которых слагается комбинированное задание, должны обязательно в нем повторяться. Ученику это позволит пристальнее сосредоточить свое внимание на изучаемых движениях, приобрести более прочные навыки и глубокие знания, а учителю — продуктивнее и систематичнее устранять исполнительские недостатки.

Работу над комбинированными заданиями рекомендуется определенными периодами повторения примерно в течение трех уроков. Первый урок посвящается освоению новых комбинированных заданий. Второй урок — повторению пройденных комбинаций с некоторым усложнением. Третий урок — окончательному закреплению пройденного с некоторым сокращением периодов отдыха.

Такой метод позволит учащимся более последовательно и осмысленно «вживаться» в изучаемые приемы и характер сочетания движений, не расходуя на каждом уроке своего внимания на запоминание новых

(однодневных) комбинированных заданий, может быть, и полезных по своему построению, но не подвергшихся дальнейшему периодическому повторению и усложнению, что очень важно для приобретения прочных танцевальных навыков.

Итак, правильное построение и развитие урока всецело подчиняются четырем условиям: последовательной расстановке движений в различных частях урока; соразмерной длительности отдельных частей урока; темпу, в котором должен протекать весь урок; правильному составлению комбинированных заданий. Все четыре условия органически связаны между собой и требуют строго пропорционального соотношения.

Народный танец. Танцы каждого народа имеют свое построение, свой характер и манеру исполнения. Их особенности обусловлены социально-экономическими условиями, в которых жили люди, характером их труда, нравами, бытом и природой.

Фольклорный танец самобытен и не нуждается в обработке. Он не терпит никакого постороннего внедрения в свою систему. Его природа очень чувствительна как к движениям и рисункам, так и к манере и характеру исполнения.

Среди русских фольклорных танцев ведущими формами:

хоровод по своей форме делятся на две основные группы: круговые и некруговые (сомкнутые и разомкнутые), хороводные игры и хороводы-шестивия. Для русских танцев наиболее типичны круговые (сомкнутые) хороводы.

- Круговые - круг чаще всего движется в ту или иную сторону. В основном движение происходит в левую сторону, «по солнцу». Во время движения исполнители обычно держатся за руки или платки. В композиции встречаются и два круга - один внутри другого.
- Некруговым (разомкнутым) формам свойственно линейное построение. В этих формах наблюдается движение шеренг либо в одном направлении, либо навстречу друг другу, движение расходящихся колонн, зигзагообразное движение в форме восьмерки и т.д.
- В хороводах-шестивиях на первый план выдвигается танцевальное начало. Песни, которые сопровождали хороводы, в своих названиях четко отвечали содержанию и форме хоровода.

По темпу хороводы делятся на быстрые, ритмизованные (припляски), и медленные - торжественного характера.

Хороводы по содержанию делятся также на две группы: игровые и неигровые (орнаментальные).

- неигровым, орнаментальным, хороводам относятся хороводы-шестивия, наборные и разборные хороводы.
- В игровых хороводах рисунок танца был очень простым и служил в своей основе для организации исполнителей. Танцующие делились на «зрителей», принимавших участие в игре, и на «исполнителей», разыгрывающих содержание песни. Хороводы сопровождалась пением, инструментальной музыкой или игрой на ударных инструментах

Основными признаками тех и других хороводов являются наличие рисунков, большое количество исполнителей и предельно малое количество движений. В естественной среде хороводы делятся по временам года, тематике, содержанию и форме.

Пляска свойственна импровизация, свободное варьирование движений и рисунков. разнообразные формы: пляска, перепляс, сольная пляска; женская и мужская пляски; кадрили; хороводная пляска.

В быстрых плясках большое значение придается сложной структуре движений и технике их исполнения. Быстрым пляскам присущи виртуозность, удал, задор, бурный восторг. Композиция быстрых плясок включает многообразие рисунков и движений со сменой сольных фигур на массовые.

В медленных – орнаментальности и манере исполнения. Медленным пляскам свойственна пространственная композиция лирического характера обилие разнообразных рисунков, любовная тематика.

Композиция пляски включает в себя:

- взаимосвязь движений;
- ритмическую организацию движений и фигур;
- изобразительность.

Во взаимосвязанных движениях пляски выделяются основные и связующие движения, движения, создающие «фон», а также движения, формирующие действенное и орнаментальное начало композиции. Ритм пляски диктует быстроту и легкость всех движений, широту жеста, стремительность движения рук.

По составу исполнителей пляски подразделяются на женские, мужские и смешанные. Женским пляскам свойственны в основном медленные движения, мягкость, нежность; мужским - удал, сила, виртуозность, обилие прыжков и вращений; смешанным - сочетание обоих начал

Композиция пляски, с одной стороны, - каноническая форма, а с другой, ее исполнение несет на себе печать индивидуальной импровизации.

Эстетические принципы, композиционные формы, своеобразие тем, образов, разнообразие движений, пластики народно-сценического танца формировались в течение нескольких веков. Танец народа был естественным выплеском чувств, эмоций, своеобразной реакцией на различные события личной и общественной жизни. Развитие общества, а также развитие самого человека обеспечивало развитие (обогащение) различных видов и сфер деятельности.

Народное творчество масштабно, многолико. Оно чутко реагировало на исторические веки.

Профессиональный танец первоначально развивался по законам театрального искусства, постепенно вырабатывая свои закономерности, принципы и методы.

Накопившийся опыт сценической практики, богатый репертуар балетного театра не оставался без внимания народных танцоров. Постоянно происходит взаимообмен, взаимообогащение народного и профессионального танца.

Объективно возникает необходимость анализа, обобщения, систематизации накопленного материала и адаптации его на каждом (современном) этапе существования. Инициаторами создания класса характерного (народно-сценического) танца были сами танцоры, артисты балета. Естественно, что ориентировались они на традиции обучения классическому танцу. Высокий профессионализм, позволил новаторам правильно определить принципы создания школы народно-сценического танца (изучение этнических источников, выделение наиболее характерного, типичного, яркого в народном танце, систематизация на основе развития от простого к сложному и пр.).

На современном этапе в профессиональной и любительской сфере используется общепринятая система преподавания народно-сценического танца. Одновременно идёт поиск новых путей повышения роли народно-сценической хореографии в жизни общества. Активизировалась исследовательская деятельность ученых, педагогов; набирает вес издательская деятельность в области народно-сценического танца.

Народно-сценический танец - художественная система выразительно-изобразительная по своей природе. Свой потенциал народно-сценический танец как художественная система приобретал и развивал на длительном историческом пути, который представлен двумя ветвями: народным (фольклорным) и сценическим танцем. Каждый из них отличается сферой существования и соответственно имеет свои закономерности создания и воспроизведения (исполнения), что находит отражение в функциональности (фольклорный - танцуются для себя, является выражением актуальных чувств, настроения; сценический создан автором-постановщиком для зрителя), стилем танцевания (фольклорный - естественный, непринуждённый; сценический - выверенный, «вычищенный», эстетизированный, порой излишне академический).

Народно-сценический танец многообразен по этническим корням (истокам). Этническое многообразие обеспечивается существованием танцевального творчества практически у всех народов, живущих на земле. В свою очередь народная культура включает музыкально-танцевальные образцы разных национальностей (русский народ - национальности, живущие в России). Многообразие реализуется в - разнообразной *тематике* народных танцев (человек в различных характеристиках, образы природы, животного мира, реальность и мечты (фантазии);

- разнообразных *формах* организации танцевального действия (хороводы, пляски, кадрили; сольные, дуэтные (парные), парно-массовые, массовые танцы);

- разнообразных *жанрах* (лирические, комические, трагические, лирико-комические, трагико-комические;

- разнообразных (присущих той или иной национальности) *принципах* музыкального оформления и взаимодействия музыки и танца (ритмическая организация движений, образная окраска, напевность, мелодичность; чёткая метро-ритмичность, синкопированность, контрапункт);

- разнообразных *традициях* народов, отражающих нравственные идеалы, духовные ценности, жизненные устои, связанных с условиями жизни, историческим путём развития;

- разнообразии исполнителей (девушки, юноши, женщины, мужчины, старики) и техники исполнения (по амплитуде, по характеру движений, по координации в пространстве).

- При создании репертуара хореографического коллектива на основе народно-сценического танца следует руководствоваться не только принципами многообразия и разнообразия. Следует учитывать законы создания концертной программы и применять принцип контраста, тематики, дивертисмента, сюиты.

- В основе репертуара может быть как фольклорный источник, так и сценический образец. В этом случае уместно ориентироваться на творчество профессиональных коллективов народного танца. Существует два подхода:

1) ориентация на качество исполнения, принципы постановки, но создание своих версий того или иного народно-сценического танца;

2) корректное перенесение репертуара (адаптация к возможностям исполнителей, их техническому уровню, с учетом возрастных особенностей - с одной стороны и сохранения художественной ценности и целостности профессионального образца - с другой стороны). Взор руководителей хореографических коллективов может быть обращен и к репертуару балетных театров (речь идет о высокопрофессиональных специалистах, знающих текст характерных танцев, владеющих техникой и манерой их исполнения, осознающих свою ответственность за достоверность информации как участникам коллектива, так и зрителю).

-При создании концертных программ или отдельных танцевальных номеров следует основываться на народные традиции, но учитывать современные тенденции развития танцевального искусства в целом и народной хореографии в частности.

-В разработке репертуара народно-сценического танца следует использовать видеоматериал, литературные источники из сферы искусствоведения, художественного творчества, педагогики, психологии; теоретического, методического, репертуарного характера; использовать методы анализа, обобщения (типизации), наблюдения, адаптации и пр.

При ответе можно привести примеры из репертуара Государственных академических ансамблей народного танца РФ под руководством И.А.Моисеева, «Берёзка» (руководитель Мира Кольцова), Государственного ансамбля народного танца Украины имени Павла Вирского и др.

НТТ, профессиональное искусство объективно требуют создания условий для их сохранения, развития и трансляции. Образование специалистов-хореографов играет важную роль в решении этих задач.

Формирование принципов и методов преподавания танца происходило в процессе завоёвывания, с одной стороны, танцевальным искусством своей автономности в сфере театра, с другой стороны, получения статуса равноправия народного танца в сценической хореографии.

Обогащение и миграция репертуара балетного театра способствовало утверждению народно-сценического (первоначально характерного) танца.

Первые попытки создания класса характерного танца (к которому К. Блазис отнёс и народный танец) были в 19 веке (А. Лопухов, А. Ширяев, А. Бочаров «Основы характерного танца». - СПб.: Издательство «Лань», 2006.- С.46-58).

Существует разнообразная сеть специальных учебных заведений и учреждений культуры и искусств, где осуществляется преподавание народно-сценического танца. В зависимости от статуса, целей, условий деятельности учреждений используется как традиционная, так и оригинальная (авторская, особенная) методика преподавания и обучения. Специфика связана с профессиональным и любительским уровнем, национальными, региональными, областными особенностями.

Выработана систем преподавания народно-сценического танца. Основной формой обучения является урок, который представляет последовательность нескольких частей урока (экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, этюдная и постановочная работа). Методы практического показа, наглядности, словесный метод, видеометод и т.п. Актуализируются методы творческого развития участников хореографических коллективов.