

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4 с.п. Кантышево»**

Согласовано:
Заместитель директора по ВР Хациева А. С.

от « 30 » августа 2023г

Утверждаю:

Директор ГБОУ «СОШ №4 с.п. Кантышево»
Манкиев Я. У-Г.

Приказ № 205 от «30» августа 2023г.

Рабочая программа
по дополнительному образованию
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Руководитель кружка: Медова Х.А.

на 2023-2024 учебный год



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00CB4CC9D83E1E9365CD8BA2C0D01F6D8E
Владелец: Манкиев Якуб Умат-Гиреевич
Действителен: с 21.03.2023 до 13.06.2024

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Хореография» разработана на основе примерной авторской программы внеурочной деятельности «Хореография» И.З.Тухужевой

Цели программы:

нравственно-эстетическое и физическое развитие детей; охват занятиями танцем всех желающих, независимо от их способностей и внешних данных; максимальное развитие творческих способностей учащихся. Приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от национального до современного танца, от детской пляски до танцевального фольклора малой родины.

Задачи программы:

- улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов
- повысить выносливость и работоспособность детей
- развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию
- научить детей владеть всеми частями тела
- дать элементарные знания по теории танца, этике и культуре поведения и отношений в паре и в коллективе
- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения и вариации спортивных бальных танцев в пределах класса «Н»
- предоставить возможность дальнейшего развития способностей учащихся, создать фундамент для более серьезного увлечения хореографией.
- дать учащимся начальное представление о танцевальном искусстве как источнике народной мудрости, красоты и

жизненной силы;

-привить бережное отношение к культурным традициям как своего, так и других народностей России;

-формировать и развивать исполнительско-творческие навыки и умения;

-развить сферу эстетических чувств и мыслей каждого ученика;

-побудить учащихся к совершенствованию этического поведения и общения; -выработать стремление к самостоятельному мышлению, проявлению творческой фантазии, собственной инициативы, желание творить вместе с учителем, а затем создавать что-то своё.

Общая характеристика курса «Хореография»

Хореография — искусство танца. Познать, ценить искусство – одна из величайших радостей человека, облагораживающая его духовный мир. Стремление к прекрасному, не всегда даже осознанное, живет в каждом человеке. А вот умению видеть, слышать и вникать в смысл и красоту произведения искусства следует учиться. Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные проблемы взаимоотношения людей, формирует целостное восприятие окружающего мира.

Специфика её в том, что чувства, переживания человека, она передаёт в пластической образно-художественной форме.

Каждый родитель хочет видеть своего ребенка добрым, чутким, уважительным, терпимым; коммуникабельным;

трудолюбивым; самостоятельным; владеющим культурой поведения; эмоционально положительно чувствующим себя в

окружающем мире; готовым к реальной жизни; умеющим находить, чувствовать, создавать прекрасное, оценивать явления

и факты по законам гармонии и красоты, то есть высоконравственным и эстетически воспитанным человеком. Помочь

ребенку стать таким человеком призвана внеурочная деятельность. Одной из причин её притягательности для детей

является особая атмосфера доброжелательности, взаимного интереса единомышленников, партнерских отношений

педагога и обучающихся, что создает благоприятный фон для реализации воспитательной деятельности и достижения

высокой результативности учебного процесса. Особое место среди множества форм художественного воспитания

подрастающего поколения занимает хореография. Она, как никакое другое искусство, обладает огромными

возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. К тому же, бесспорно, хореография - искусство, любимое детьми. Программа предназначена для учащихся начальных классов. Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического и бального танца. Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Бальный танец играет немаловажную роль в формировании внутренней культуры ребенка освоении норм этикета, развитии чувства коллективизма, ответственности, внимания к окружающим. У каждого ребенка есть свои грани творческих возможностей, или, образно говоря, «свой потолок». Получив элементарные минимальные знания в школе, талантливые дети продолжают развивать свои способности в кружках и ансамблях танца. Тем самым решается одна из основных задач, стоящих перед педагогом — научить ребенка чувствовать, видеть и творить по законам красоты.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Хореография» , с 3 по 8 классы отводится по 3(академическому часу) ч в неделю. Курс рассчитан на 594 ч: 3-4 классы — 198 ч, 5-6 классы — по 198 ч , и 7-8 классы 198ч.

Ценностные ориентиры

Посредством знакомства школьников 3 — 7 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела, вырабатывают правильную осанку, развивают ловкость, пластику и координацию движения. Благодаря танцам происходит активное общение детей, ведь из всех видов увлечений танец наиболее ярко выражает непосредственность, искренность эмоционального порыва. Присущая молодости спонтанная энергия, направленная в нужное русло, питает эстетический, интеллектуальный и моральный рост ребёнка. И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как

хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии. Исходя из этого, и была составлена данная программа по внеурочной деятельности «Хореография». Она предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Требования к уровню подготовки учащихся

Личностные результаты: умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладение навыками сотрудничества с учителем и сверстниками; формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Метапредметные результаты.

Регулятивные ууд: овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности; с помощью учителя формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием реализации в процессе познания содержания танцевальных образов; определять с помощью учителя наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности: продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении различных задач во внеурочной эстетической деятельности.

Познавательные ууд: освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей; умение осуществлять познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Коммуникативные ууд: наличие стремления находить продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении творческих задач; участие в хореографической жизни класса, школы, села.

Предметные результаты:

иметь представление о разнообразии упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки; иметь углубленное представление о технике выполнения поворотов переступанием; иметь представление о разнообразии упражнений

Планируемые результаты

К концу учебного курса учащийся должен знать:

1. Основные позиции ног.
2. Основные позиции рук.
3. Названия частей тела
- . 4. Определение линии танца
- . 5. Основные направления движения в танце.
6. Правила поведения в общественных местах, на занятиях, на сцене, в зрительном зале.
7. Классификацию, возрастные подгруппы и классы мастерства в спортивных бальных танцах.
8. Порядок проведения турниров по спортивным бальным танцам.
9. Основные правила и критерии судейства.
- 10.Технику исполнения фигур танцев класса «Н».

Учащиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;

- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой
- ;• выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- правильно выполнять присядочные движения (мальчики);
- выполнять поклон в народном характере;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию
- ,• обращая внимание на выразительность и техничность исполнения; исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);
- свободно и осознанно исполнить любой танец в соответствии с программным
- репертуаром.

Механизм отслеживания результатов

- демонстрация разученных танцев
- обобщающий урок
- класс-концерт

Тематический план

№	Тема раздела	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях.	84	4	80
2	Понятие о координации движений, о позиции и положении рук и ног.	34	2	32
3	Основы национального танца.	121	2	119
4	Основы народного танца	116	2	114
5	Танцевальные этюды. Современная хореография.	116	4	112
6	Постановка танцев. Отработка номеров.	115	2	113
7	Отчетный концерт.	8		8
8	Итого	594	16	578

Календарно-тематический план

3-4 классы

№	Раздел темы	Форма проведения	Вид занятия (теор.или прак.)	Кол-во часов	Запланированная дата	Откорректированная дата
1	Ведение. Понятие об основных танцевальных движениях.		Теория практика	2	04.09 05.09	
2	Термины классического танца, позиции ног, рук, положение головы.	Беседа	теория	2	07.09 11.09	
3	Постановка корпуса, Упражнение корпуса-наклоны вперед назад и в сторону.		Практика	2	12.09 14.09	
4	Dimi plie по 1-2 и5 позиции ног.		Практика	2	18.09 19.09	
5	Battment tandus по 1 позиции ног вперед, встотону, назад.		Практика	2	21.09 25.09	

6	Battment tandus jite вперед в сторону и назад, по 1 позиции.		Практика	2	26.09. 28.09	
7	Основы национального танца. Основные позиции рук и ног ингушского танца.		Практика	2	02.10 03.10	
8	Rond de jamb par terr по 1 позиции.		Практика	2	05.10 09.10	
9	Каблучное движение. Повторение пройденного материала.		Практика	2	10.10 12.10	
10	Основной ход ингушского танца.		Практика	2	16.10 17.10	
11	Battment fondus по 5 позиции, вперед, в сторону, и назад.		Практика	2	19.10 23.10	
12	Повторение пройденного материала.		Практика	2	24.10 26.10	
13	Изучение комбинации ингушского		Практика	2	06.11 07.11	

	девичьего танца.					
14	Battment frappes по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика	2	09.11 13.11	
15	Позиции рук и по кругу в характере ингушского танца.		Практика	2	14.11 16.11	
16	Adajio- медленное понимание ноги на 90 гр.		Практика	2	20.11 21.11	
17	Постановка ингушского танца- «Девичий танец»		Практика	2	23.11 27.11	
18	Разведение рисунка ингушского девичьего танца.3		Практика	2	28.11 30.11	
19	Grand battment по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика	2	04.12 05.12	
20	Повторение пройденного материала.		Практика	2	07.12 11.12	
21	Изучение нового материала. Основы народного танца.	Беседа	Теория практика	2	12.12 14.12	
22	Releve по 1-2-5 позиции ног.		Практика	2	18.12 19.12	

23	Изучение основного русского народного хода «простой шаг»		Практика	2	21.12 25.12	
24	Изучение «переменного шага» в русском нар. танце.		Практика	2	26.12 28.12	
25	Allegro- прыжок по 1 позиции соте..		Практика	2	08.01 09.01	
26	Переменный шаг с ударом каблука.		Практика	2	11.01 15.01	
27	Дробные удары русского народного танца.		Практика	2	16.01 18.01	
28	Элементы русского нар.таца ; вынос ноги на каблук вперед.		Практика	2	22.01 23.01	
29	Изучение дробей 1/8		Практика	2	25.01 29.01	
30	«Гармошка», «елочка» русского нар. танца.		Практика	2	30.01 01.02	
31	Повторение пройденного материала.		практика	2	05.02 06.02	
32	Работа над украинским танцем «Гопак»		Практика	2	08.01 12.02	

33	Основной ход украинского танца- «бегунец»		Практика	2	13.09 15.02	
34	Движение украинского танца «голубец»		Практика	2	19.02 20.02	
35	Allegro- прыжок по 5 позиции.	Беседа	Теория + практика	2	22.02 26.02	
36	Изучение «веревочки».		Практика	2	27.02 04.05	
37	Разведение рисунка украинского танца «Гопак»		Практика	2	05.03 07.03	
38	Закрепление пройденного материала.		Практика	2	11.03 12.03	
39	Изучение современной хореографии. Понятие о современной хореографии.	Беседа	Практика	2	14.03 18.03	
40	Танцевальная разминка шагов; сидя, лежа, и стоя.		Практика	2	19.03 21.03	
41	Основные виды шагов стрит- данс.		Практика	2	04.04 08.04	

42	Шаги в рок- манере и джаз-манере; на 1-ую сильную долю и «из-за такта»		Практика	2	09.04 11.04	
43	Передвижение в вращения. пространстве; шаги		Практика	2	15.04 16.04	
44	Комбинации прыжков. Вариабельность прыжков классического танца за счет изменения ритма.	Беседа	Практика + теория	2	18.04 22.04	
45	Подготовка к постановке современного танца Модерн		практика	2	23.04 25.04	
46	Основные движения танца -модерн		Практика	2	29.04 30.04	
47	Закрепление современного танца.		Практика	2	06.05 07.05	
48	Работа над номерами постановок.		Практика	2	13.05 14.05	
49	Повторение пройденного		Практика	2	16.05 20.05	

	материала.					
50	Отчетный концерт				23.05	
			Итого	198ч		

Календарно-тематический план

5-6 классы

№	Раздел темы	Форма проведения	Вид занятия (теор.или прак.)	Кол-во часов	Запланированная дата	Откорректированная дата
1	Ведение. Понятие об основных танцевальных движениях.		Теория практика		04.09 05.09	
2	Термины классического танца, позиции ног, рук, положение головы.	Беседа	теория		07.09 11.09	
3	Постановка корпуса, Упражнение корпуса-наклоны вперед назад и в сторону.		Практика		12.09 14.09	
4	Dimi plie по 1-2 и5 позиции ног.		Практика		18.09 19.09	
5	Battment tandus по 1 позиции ног вперед, встотону, назад.		Практика		21.09 25.09	

6	Battment tandus jite вперед в сторону и назад, по 1 позиции.		Практика		26.09. 28.09	
7	Основы национального танца. Основные позиции рук и ног ингушского танца.		Практика		02.10 03.10	
8	Rond de jamb par terr по 1 позиции.		Практика		05.10 09.10	
9	Каблучное движение. Повторение пройденного материала.		Практика		10.10 12.10	
10	Основной ход ингушского танца.		Практика		16.10 17.10	
11	Battment fondus по 5 позиции, вперед, в сторону, и назад.		Практика		19.10 23.10	
12	Повторение пройденного материала.		Практика		24.10 26.10	
13	Изучение комбинации ингушского		Практика		06.11 07.11	

	девичьего танца.					
14	Battment frappes по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика		09.11 13.11	
15	Позиции рук и по кругу в характере ингушского танца.		Практика		14.11 16.11	
16	Adajio- медленное понимание ноги на 90 гр.		Практика		20.11 21.11	
17	Постановка ингушского танца- «Девичий танец»		Практика		23.11 27.11	
18	Разведение рисунка ингушского девичьего танца.3		Практика		28.11 30.11	
19	Grand battment по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика		04.12 05.12	
20	Повторение пройденного материала.		Практика		07.12 11.12	
21	Изучение нового материала. Основы народного танца.	Беседа	Теория практика		12.12 14.12	
22	Releve по 1-2-5 позиции ног.		Практика		18.12 19.12	

23	Изучение основного русского народного хода «простой шаг»		Практика		21.12 25.12	
24	Изучение «переменного шага» в русском нар. танце.		Практика		26.12 28.12	
25	Allegro- прыжок по 1 позиции соте..		Практика		08.01 09.01	
26	Переменный шаг с ударом каблук.		Практика		11.01 15.01	
27	Дробные удары русского народного танца.		Практика		16.01 18.01	
28	Элементы русского нар.таца ; вынос ноги на каблук вперед.		Практика		22.01 23.01	
29	Изучение дробей 1/8		Практика		25.01 29.01	
30	«Гармошка», «елочка» русского нар. танца.		Практика		30.01 01.02	
31	Повторение пройденного материала.		практика		05.02 06.02	
32	Работа над украинским танцем «Гопак»		Практика		08.01 12.02	

33	Основной ход украинского танца- «бегунец»		Практика		13.09 15.02	
34	Движение украинского танца «голубец»		Практика		19.02 20.02	
35	Allegro- прыжок по 5 позиции.	Беседа	Теория + практика		22.02 26.02	
36	Изучение «веревочки».		Практика		27.02 04.05	
37	Разведение рисунка украинского танца «Гопак»		Практика		05.03 07.03	
38	Закрепление пройденного материала.		Практика		11.03 12.03	
39	Изучение современной хореографии. Понятие о современной хореографии.	Беседа	Практика		14.03 18.03	
40	Танцевальная разминка шагов; сидя, лежа, и стоя.		Практика		19.03 21.03	
41	Основные виды шагов стрит- данс.		Практика		04.04 08.04	

42	Шаги в рок- манере и джаз-манере; на 1-ую сильную долю и «из-за такта»		Практика		09.04 11.04	
43	Передвижение в вращения. пространстве; шаги		Практика		15.04 16.04	
44	Комбинации прыжков. Вариабельность прыжков классического танца за счет изменения ритма.	Беседа	Практика + теория		18.04 22.04	
45	Подготовка к постановке современного танца Модерн		практика		23.04 25.04	
46	Основные движения танца -модерн		Практика		29.04 30.04	
47	Закрепление современного танца.		Практика		06.05 07.05	
48	Работа над номерами постановок.		Практика		13.05 14.05	
49	Повторение пройденного		Практика		16.05 20.05	

	материала.					
50	Отчетный концерт				23.05	
			Итого	198ч		

Календарно-тематический план

7-8 классы

№	Раздел темы	Форма проведения	Вид занятия (теор.или прак.)	Кол-во часов	Запланированная дата	Откорректированная дата
1	Ведение. Понятие об основных танцевальных движениях.		Теория практика		04.09 05.09	
2	Термины классического танца, позиции ног, рук, положение головы.	Беседа	теория		07.09 11.09	
3	Постановка корпуса, Упражнение корпуса-наклоны вперед назад и в сторону.		Практика		12.09 14.09	
4	Dimi plie по 1-2 и5 позиции ног.		Практика		18.09 19.09	
5	Battment tandus по 1 позиции ног вперед, встотону, назад.		Практика		21.09 25.09	

6	Battment tandus jite вперед в сторону и назад, по 1 позиции.		Практика		26.09. 28.09	
7	Основы национального танца. Основные позиции рук и ног ингушского танца.		Практика		02.10 03.10	
8	Rond de jamb par terr по 1 позиции.		Практика		05.10 09.10	
9	Каблучное движение. Повторение пройденного материала.		Практика		10.10 12.10	
10	Основной ход ингушского танца.		Практика		16.10 17.10	
11	Battment fondus по 5 позиции, вперед, в сторону, и назад.		Практика		19.10 23.10	
12	Повторение пройденного материала.		Практика		24.10 26.10	
13	Изучение комбинации ингушского		Практика		06.11 07.11	

	девичьего танца.					
14	Battment frappes по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика		09.11 13.11	
15	Позиции рук и по кругу в характере ингушского танца.		Практика		14.11 16.11	
16	Adajio- медленное понимание ноги на 90 гр.		Практика		20.11 21.11	
17	Постановка ингушского танца- «Девичий танец»		Практика		23.11 27.11	
18	Разведение рисунка ингушского девичьего танца.3		Практика		28.11 30.11	
19	Grand battment по 5 позиции вперед, в сторону и назад.		Практика		04.12 05.12	
20	Повторение пройденного материала.		Практика		07.12 11.12	
21	Изучение нового материала. Основы народного танца.	Беседа	Теория практика		12.12 14.12	
22	Releve по 1-2-5 позиции ног.		Практика		18.12 19.12	

23	Изучение основного русского народного хода «простой шаг»		Практика		21.12 25.12	
24	Изучение «переменного шага» в русском нар. танце.		Практика		26.12 28.12	
25	Allegro- прыжок по 1 позиции соте..		Практика		08.01 09.01	
26	Переменный шаг с ударом каблук.		Практика		11.01 15.01	
27	Дробные удары русского народного танца.		Практика		16.01 18.01	
28	Элементы русского нар.таца ; вынос ноги на каблук вперед.		Практика		22.01 23.01	
29	Изучение дробей 1/8		Практика		25.01 29.01	
30	«Гармошка», «елочка» русского нар. танца.		Практика		30.01 01.02	
31	Повторение пройденного материала.		практика		05.02 06.02	
32	Работа над украинским танцем «Гопак»		Практика		08.01 12.02	

33	Основной ход украинского танца- «бегунец»		Практика		13.09 15.02	
34	Движение украинского танца «голубец»		Практика		19.02 20.02	
35	Allegro- прыжок по 5 позиции.	Беседа	Теория + практика		22.02 26.02	
36	Изучение «веревочки».		Практика		27.02 04.05	
37	Разведение рисунка украинского танца «Гопак»		Практика		05.03 07.03	
38	Закрепление пройденного материала.		Практика		11.03 12.03	
39	Изучение современной хореографии. Понятие о современной хореографии.	Беседа	Практика		14.03 18.03	
40	Танцевальная разминка шагов; сидя, лежа, и стоя.		Практика		19.03 21.03	
41	Основные виды шагов стрит- данс.		Практика		04.04 08.04	

42	Шаги в рок- манере и джаз-манере; на 1-ую сильную долю и «из-за такта»		Практика		09.04 11.04	
43	Передвижение в вращения. пространстве; шаги		Практика		15.04 16.04	
44	Комбинации прыжков. Вариабельность прыжков классического танца за счет изменения ритма.	Беседа	Практика + теория		18.04 22.04	
45	Подготовка к постановке современного танца Модерн		практика		23.04 25.04	
46	Основные движения танца -модерн		Практика		29.04 30.04	
47	Закрепление современного танца.		Практика		06.05 07.05	
48	Работа над номерами постановок.		Практика		13.05 14.05	
49	Повторение пройденного		Практика		16.05 20.05	

	материала.					
50	Отчетный концерт				23.05	
			Итого	198ч		

Содержание программы

1. Введение.

Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеофильмов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах. Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора. Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, оппозиции и положениях рук и ног. Классический танец.

Понятие об экзерсисе. Позиция ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотом на 1/4 круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений. Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

3. Основы национального танца;

Ходы ингушского национального танца; Ингушский ход на полной ступне, ингушский ход на полупальцах. Позиции рук мужского и женского танца. Элементы инг. танца. Работа над постановками танца. Разучивание дагестанского танца; основной ход, различные каварялки и движение рук. Знакомство с танцами Кавказа..

4. Основы народного танца

Ходы русского танца: простой, переменный с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук. Ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни. Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев

5. Танцевальные этюды. Современный танец.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п. Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

6. Постановка танцев.

Отработка номеров. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание специального макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

7. Отчетный концерт.

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуалов встречи гостей. Подготовка помещения

для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиция. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта. Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремлению профессионального мастерства танцора.

Материально-техническое обеспечение

1. Компьютер.
2. Мультимедийный проектор
3. Экран

Литература

1. Алекс Мур, « Пересмотренная техника европейских танцев» , Москва, Санкт-Петербург, 2009г.
2. Барышникова Т., « Азбука хореографии» , Москва, 2000г.
3. Иванникова О., « Классические танцы. Танго и медленный вальс» , Донецк, 2003г
- . 4. Имперское общество учителей танцев, «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев», Москва, Санкт-Петербург, 2002г.
5. Кауль Н., «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы», Ростов-на-Дону, 2010г.
6. Положение РАСТ «О допустимых танцах и фигурах. О возрастных категориях и танцевальных классах спортсменов РАСТ»
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., «Учите детей танцевать», Москва, 2012г

Список учащихся