

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ОМСКА
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ОМСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРЬСКОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА»

Принята на заседании
методического Совета от
31.05.2024 года
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор
БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»
_____ Ю.В.Плоцкая
31.05.2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
образцового ансамбля эстрадного танца
«Лёгкое дыхание»
Образовательный модуль «Хореография»
(продвинутый уровень)

Возраст учащихся – 10 - 15 лет
Срок реализации – 2 года
Трудоёмкость программы – 648 часов

Авторы - составители:
Сетова Татьяна Михайловна,
педагог дополнительного образования;
Шевчук Любовь Викторовна, методист

Омск, 2020 г.

Аннотация

к образовательному модулю «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»

Образовательный модуль «Хореография» (продвинутый уровень) имеет *художественную направленность*. Модуль является составной частью комплексной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание».

Адресат модуля – учащиеся в возрасте 10-15 лет.

Срок реализации модуля – 2 года, трудоёмкость модуля – 648 часов. Годовой объём учебной нагрузки по 324 часа.

Цель образовательного модуля: углубленное изучение курса хореографии учащимися, с высоким уровнем мотивации, проявившими способности в области хореографии.

Планируемые результаты освоения образовательного модуля: учащиеся знают предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца, отличительные черты русского классического балета и его школы, взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем, основные направления современного танца, историю развития русского народного танца, его основные черты, части этюда, драматургическое построение танца; технически правильно исполняют элементы классического, народного, современного танца, технически сложные комбинации, этюды в сложных и ускоренных темпах, исполняют танцевальные номера выразительно, в ансамблевом единстве, а также сочиняют хореографические комбинации, этюды на основе освоенных элементов, импровизируют; способны анализировать, оценивать хореографические произведения на основе комплекса знаний, эстетического вкуса.

Пояснительная записка

к образовательному модулю «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»

Модуль «Хореография» (продвинутый уровень) имеет *художественную направленность*. Модуль является составной частью комплексной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание».

Адресат модуля – учащиеся в возрасте - 10 – 15 лет. Для освоения модуля принимаются учащиеся, освоившие модуль «Хореография» (базовый уровень), а также все желающие в обозначенном возрастном диапазоне, имеющие физические данные для освоения содержания продвинутого уровня (по итогам собеседования и просмотра), без медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

Срок реализации модуля – 2 года, трудоёмкость модуля 648 часов. Годовой объём учебной нагрузки составляет по 324 часа,

Режим занятий: занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа с 10-минутными перерывами.

Форма обучения очная.

Форма организации деятельности детского объединения – ансамбль.

В процессе реализации образовательного модуля гибко сочетаются фронтальная, групповые формы обучения (дифференцированно-групповая, индивидуально-групповая), а также парная и индивидуализированная форма работы. Ведущей формой организации образовательного процесса является учебное занятие

Состав учебных групп постоянный, по характеру формирования учебные группы разновозрастные. Количественный состав учебных групп - от 8 до 10 человек.

Цель: углубленное изучение курса хореографии учащимися, с высоким уровнем мотивации, проявившими способности в области хореографии.

Задачи:

- расширять знания учащихся об истории развития танца;
- совершенствовать навыки выразительного исполнения произведений различных хореографических жанров и стилей;
- сохранить и укрепить здоровье, сформировать правильную осанку, красивую фигуру, развить основные физические качества и двигательные способности;
- развивать художественную одарённость в области танцевально-исполнительского мастерства;
- формировать личностные качества: инициативность, целеустремленность, ответственность по отношению к своему и чужому труду;
- формировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;

- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- воспитывать уважение к коллективу, потребности и интересы, имеющие общественно значимый характер.

Планируемые результаты освоения образовательного модуля «Хореография» продвинутого уровня:

Личностные:

- проявляют осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другим людям, их мнению, традициям и ценностям народов России и народов мира;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать взаимопонимания;
- проявляют ответственное отношение к собственной деятельности, готовность и способность саморазвитию и самообразованию;
- активно взаимодействуют с социальной средой на основе социальных норм, правил поведения, участвуют в самоуправлении ансамбля, Дома детского творчества;
- демонстрируют профессиональные предпочтения на основе устойчивых познавательных интересов;
- умеют установку на безопасный, здоровый образ жизни, мотивацию к творчеству.

Метапредметные:

- умеют самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в области освоения хореографии, планировать пути их достижения;
- владеют навыками организации самостоятельной работы, учебного сотрудничества и совместной деятельности с педагогом и сверстниками, в том числе умеют находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- формулируют, аргументируют и отстаивают своё мнение;
- владеют основами самоконтроля, самооценки и принятия решений.

Предметные:

учащиеся знают:

- экзерсис у станка и его предназначение;
- построение урока классического танца;
- правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас;
- предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца;
- отличительные черты русского классического балета и его школы;
- взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем;
- основные направления современного танца, их отличительные черты;

- историю развития русского народного танца, его основные черты;
 - части этюда, драматургическое построение танца;
 - репертуар ансамбля в рамках своей возрастной категории;
- учащиеся умеют:
- исполнять хореографическую композицию свободно, естественно без напряжения на высокохудожественном, техническом и эмоциональном уровне;
 - технически правильно выполнять элементы классического, народного, современного танца, исполнять технически сложные комбинации, этюды в сложных и ускоренных темпах;
 - исполнять танцевальные номера выразительно, в ансамблевом единстве;
 - сочинять хореографические комбинации, этюды на основе освоенных элементов, импровизировать;
 - анализировать, оценивать хореографические произведения на основе комплекса знаний, эстетического вкуса.

В результате систематических занятий хореографией в процессе освоения модуля у участников ансамбля формируется правильная осанка, совершенствуется фигура; вырабатывается собственный хореографический почерк; учащиеся приобретают навыки ансамблевого исполнения технически насыщенных танцевальных номеров.

Результативность реализации модуля осуществляется с помощью системы мониторинга ДООП «Лёгкое дыхание».

По итогам освоения модуля дети, успешно освоившие его содержание, получают сертификат.

Итоги реализации модуля подводятся на отчётном концерте ансамбля «Лёгкое дыхание» в конце учебного года.

Учебно-тематический план
образовательного модуля «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»

№ п/п	Название учебного элемента	Количество часов (год обучения по образовательному модулю/ год обучения по ДООП «Лёгкое дыхание»)						Формы аттестации/ контроля
		1 год / 6 год			2 год /7 год			
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	
1	Введение в модуль	3	1	2	3	1	2	
2	Сценическое движение	21	3	18	21	3	18	Наблюдение
3	Классический танец	51	9	42	51	9	42	Наблюдение, опрос
4	Народно-сценический танец	27	4	23	27	4	23	Наблюдение, опрос
5	Современный танец:	54	8	46	54	8	46	
5.1	<i>Модерн</i>	15	2	13	15	2	13	Наблюдение, опрос
5.2	<i>Джазовый танец</i>	12	2	10	12	2	10	Наблюдение, опрос
5.3	<i>Contemporari</i>	15	2	13	15	2	13	Наблюдение, опрос
5.4	<i>Hip-hop</i>	12	2	10	12	2	10	Наблюдение, опрос
6	Партерная гимнастика	30	2	28	30	2	28	Наблюдение
7	Хореографическая импровизация, сочинение этюдов	24	4	20	24	4	20	Наблюдение
8	Постановочная и репетиционная деятельность	39	6	33	39	6	33	Наблюдение
9	Беседы об искусстве, знакомство с образцами хореографии	27	9	18	27	9	18	Опрос, тестирование
10	Концертная и конкурсная деятельность	42	2	40	42	2	40	Наблюдение
11	Итоговые занятия	6	3	3	6	3	3	
	Итого:	324	51	273	324	51	273	

Содержание

образовательного модуля «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»

1. Введение в модуль.

Теория: Влияние занятий хореографией на физическое развитие. Внешний вид участника ансамбля. Режим работы ансамбля. Дисциплина занятий. Техника безопасности и правила поведения в хореографическом классе, в учреждении. Задачи и содержание модуля «Хореография» продвинутого уровня. Знакомство с репертуаром на текущий учебный год. Этика общения в коллективе.

Практика: Игры на создание атмосферы доверия, позитивного настроения.

2. Сценическое движение.

Теория: Понятие «Сценическое движение». Классические позы у станка и на середине, их красота и гармоничность. Сочетание движений рук, ног, спины и головы. Анатомическое строение тела. Работа поверхностных и глубоких мышц при исполнении того или иного движения. Правильное дыхание. Понятия «свободная пластика», «органичность движений».

Практика: Отработка основных движений. Движения на взаимодействие в дуэте и ансамбле, отработка слаженности и синхронности движений. Разграничение пространства сцены.

3. Классический танец

Теория: Становление русской школы классического танца. Отличительные черты русского классического балета и его школы (содержательность, многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца, осмысленность и выразительность исполнительской техники, высокая техничность исполнения). Основные черты советского балета (краткий обзор).

Практика:

Экзерсис у станка. Подготовительные движения рук(и) – *préparations*. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении – *temps relevé par terre*. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Разучивание элементов классического танца у станка в ускоренном темпе с добавлением V позиции.

- Положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (*coudepied*), икры и колена.
- *Demi-pliés* в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.
- *Battement tendus* из V позиции в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение (по мере усвоения – 1 такт).
- *Battement tendus* с *demi pliés* из V позиции в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Demi-rond de jambe parterre en dehorset end edans (по четверти круга) с I позиции – с *préparation* и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
 - Rond de jambe parterre en dehorset en dedans с I позиции – с *préparation* и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
 - Battements tendus jetés из I, V позиций стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), вперёд, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
 - Battements frappés в сторону, вперёд, назад (носком в пол, на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.
 - Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на *demi-pliés*.
 - Relevés (подъёмы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с *demi-pliés*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.
 - Battements fondus в сторону, вперёд, назад носком в пол, на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, 2/4 и 3/4 – 2 такта.
 - Battements relevés lents на 45° из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, вперёд и назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
 - Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
 - Grandspliés в I, II позициях (лицом к станку). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
 - *Préparations* krons de jambe par terre en dehorset en dedans. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения.
 - Battements retirés «до колена». Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.
 - 1-е portdebras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
- Экзерсис на середине зала.*
- Подготовительные движения рук – *préparations*.
 - Закрытие рук в подготовительное положение на два заключительных аккорда.
 - Координация ног, рук и головы в движении – *temps relevé parterre*.
 - Повтор упражнений, изученных ранее.

Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.

Ускорения темпа исполнения танцевальных движений.

Разучивание элементов классического танца на середине зала.

Комбинирование элементов движений, освоенных ранее.

Дополнительное изучение новых элементов классического танца.

- Изучение понятий: *épaulement*, *épaulement croisé* (с ногой на полу), *épaulement effacé* (с ногой на полу); позы *croisée*, *effacée*, *écartée* вперёд и назад носком в пол – с руками в больших и маленьких позах.
- *Port de bras*: 2-е, 3-е.
- 1, 2, 3 *arabesques* носком в пол.
- *Temps lié par terre*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на движение вперед и 2 такта на движение в сторону. Или, соответственно, 8 и 8 тактов – при музыкальном размере 4/4, 1 такт и 1 такт (при музыкальном размере 4/4) и 4 такта и 4 такта (при музыкальном размере 3/4).
- *Demi-pliés* в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение.
- *Battements tendus* в позах *croisée*, *effacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.
- *Battements tendus* с *demi pliés* во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- *Battements tendus jetés* в позах *croisée*, *effacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.
- *Rond de jambe par terre en dehorset en dedans* на *demi plié*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- *Battements fondus* в сторону, вперед, назад носком в пол, на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.
- *Battements fondus* в позах *croisée*, *effacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.
- *Battements frappés* в сторону, вперед, назад носком в пол, на 30°. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- *Battements frappés* в позах *croisée*, *effacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.
- *Battements relevés lents* на 45° и на 90° (по усмотрению педагога-хореографа) во всех направлениях и в позах *croisée*, *effacée*.
- *Grands battements jetés* из I и V позиций в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта, 1 такт.
- *Grands battements jetés* в больших позах *croisée*, *effacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.
- *Rond de jambe en l'air*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- *Grands pliés* в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Battemenst développés в сторону, вперёд. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
 - Battements tendus из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.
 - Battements tendus с demi pliés из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.
 - Rond de jambe par terre en dehorset en dedans с I позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 3/4 – 2 такта, по мере усвоения – 1 такт.
 - Battements tendus jetés с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4 такт.
 - Battements tendus jetés с demi pliés из I, V позиций с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.
 - Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battement tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
 - Battements tendus jetés piqués с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
 - Подготовительное упражнение для rond de jambe en l'air. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.
 - Relevés (подъёмы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi pliés с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.
 - Pas tombé на месте. Работающая нога в положении surlecou-de-pieds. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
 - Pas couré на всю стопу и на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
 - Pas de bourrée simple – с переменной ног. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
 - Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах без перемены ног, начиная с вытянутых ног и с demi-plié. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Allegro.*
- Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.
 - Temps levé sauté по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

- Pas échappé из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.
- Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних прыжках.
- Changement de pied. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Pas échappé во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

4. Народно-сценический танец.

Теория: Зарождение и эволюция русского народного танца в различные исторические эпохи (краткий обзор). Трюки, технически сложные элементы в народном танце. Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем. Культурные традиции русского народа. Народный костюм и его стилизация в сценическом костюме.

Выразительность танца. Характер исполнения.

Специфические рисунки русского народного танца.

Практика:

Экзерсис на середине зала.

- Бег, подскоки, галоп, полька: подскоки по VI (I прямой) позиции – на месте и с продвижением, галоп, подготовка к польке по III позиции.
- «Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки»: «припадание» по VI позиции, «припадание» по III позиции с продвижением в сторону, «припляс» - pasdebasque как разновидность припадания - из стороны в сторону, «маятник» - перескоки с ноги на ногу по VI позиции, на месте, «ковырялочка» без подскока – с паузой и без неё.
- Подготовка к «верёвочке».
- Повторение и закрепление элементов русских танцев.
- Положение рук в групповых танцах и фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка.
- Поклоны на месте и с продвижением вперёд и назад.
- «Припадания», «подбивки», дробные выстукивания, присядки, прыжки, трюки: «припадания», «подбивки»: балансе (balancé) как разновидность припадания (вперёд – назад), «подбивка» вытянутой в колене и подъеме работающей ноги – с продвижением в сторону и вперёд, «ковырялочка» с подскоком – с паузой и без неё, «ковырялочка» с различными окончаниями (одной ногой с подскоком на всей стопе и тройным притопом с поочередной сменой ног; (pasdebasque), с «маятником», с «подбивкой», с «ковырялочкой»).
- Дробные выстукивания: притоп с подскоком; «печатка» (одновременный притоп двумя ногами) в координации с руками, корпусом, головой; тройные притопы («семейная дробь», калужские выстукивания); двойная дробь с подскоком; двойная дробь с подскоком и двумя переступаниями; дробь «в три ножки» («трилистник»); дробь

«в три ножки» с двумя переступаниями; дробь «хромого» (трёхдольная); «голубец» с двумя переступаниями на полупальцах на месте; «ключ» одинарный.

Соединение выученных движений в танцевальные комбинации. Усовершенствование исполнения дробей; двойные дроби, дроби в продвижении. «Верёвочка» комбинируется с другими движениями: притопы, ковырялочка, переступания.

Использование рук во время исполнения того или иного элемента.

Приобретение манеры исполнения в «кадрильном» шаге и хороводных элементах.

5. Современный танец.

5.1. Модерн.

Теория: История возникновения танца модерн. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Положение рук, ног, корпуса, головы.

Практика: Основные элементы танца модерн:

- rolldown / up – rolldown – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника, rollup – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку;
- contraction – выдох и сжатие диафрагмы, release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы;
- swing - раскачивание любой частью тела (swing руками на середине зала, swing ногами в партере).
- swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо;
- перекидка через плечо (ноги закидываются за голову, положение корпуса со спины резко меняется на живот);
- прыжок с опорой на руку.

Отработка элементов сидя или лёжа на полу (floowork), работа на месте (centrework), контактная импровизация: работа в группе (верхний, средний, нижний уровень), работа в паре (перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.).

Танцевальные комбинации. Простейшие поддержки.

5.2. Джазовый танец.

Теория: История возникновения джазового танца. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Положение рук, ног, корпуса, головы.

Стили джазового танца: блюз, лирический джаз, театральный или бродвейский джаз, hot-джаз, модерн-джаз, cool-джаз, weast-coast джаз, рок-н-ролл, афро-джаз, чечётка и др.

Практика:

Экзерсис у станка (джаз).

- demi- plie через releve, grand plie и roll назад (скручивание корпуса);
- battement jele с контракцией, через releve;
- rond de jambe par terre с контракцией и перегибом корпуса;

- adagio через releve с контракцией, ecartee вперёд и назад;
- grand battement – через battement tendu, через releve (с согнутым коленом).
Экзерсис на середине зала (бродвей-джаз).
- demi и grand plie;
- battement tendu – через plie, с рукой (с III п. во II-ю позицию);
- battement jete – носок flex, point, tour an dedans (по параллельной позиции).

Танцевальные элементы:

- attitude – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене;
- arabesque на 45°. Положение, в котором рабочая нога открывается назад на высоту 45°;
- dévelope – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении. В характере adagio по выворотным и параллельным позициям;
- основные шаги чечётки.

Смена уровней: падение (растяжение и расслабление мышц, фиксация на полу в положении «сидя» или «лёжа»), падение с вращением (фиксация в партере в положении «сидя» или «лежа»).

Шаги: комбинация grand battement в сочетании с прыжком – вперёд, в сторону и назад в одной комбинации в сочетании с прыжком.

Прыжки:

- grandpasdechat с передвижением – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперёд, ноги раскрываются максимально приемом dévelope и принимают в воздухе положение «шпагат»;
- grandjeté с передвижением – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперёд, назад или в сторону, ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение «шпагат»; фиксация рабочей ноги в положении трамплинного сгибания в момент взлета.
- jumprcattitude – во время исполнения прыжка рабочая нога принимает положение attitude.

Вращения: chainés сочетание plie и без plie – чередование вращений на прямых ногах, и в plie.

5.3. Contemporari.

Теория: История возникновения contemporari. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности.

Практика: Базовые движения и принципы contemporary dance:

- слайды (от англ. скользить);
- свинги (от англ. раскачивание, качели);
- ролл ап и ролл даун (скручивание-раскручивание);
- прыжки, падения;
- работа с полом;
- работа с весом;
- работа с партнером.

Исполнение танцевальных комбинаций и композиций, импровизация.

5.4. Hip-hop.

Теория: История возникновения Hip-hop. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности Hip-hop. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Положение рук, ног, корпуса, головы.

Практика: Основные элементы Hip-hop:

- slide – скольжение;
- bodi – перекат, вращение;
- gool walk – отличная прогулка;
- push away move – отталкивание;
- hand against wall- рука вдоль.

Исполнение танцевальных комбинаций и композиций, импровизация.

6. Партерная гимнастика.

Теория: Правила выполнения комплекса партерной гимнастики. Цели упражнений на полу. Двигательный аппарат человека. Система растягивания гимнастов и воспитанников хореографических училищ.

Практика: Сложные комбинации движений. Чёткое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.

Совершенствование и усложнение движений на полу. Взаимопомощь при исполнении некоторых упражнений. Правила занятия гимнастикой в домашних условиях.

Постепенная подготовка мышц к работе с помощью партерной гимнастики. Усовершенствование движений. Помощь педагога при растягивании.

Усиление амплитуды нажима во всех движениях, пройденных за предыдущие года обучения.

Увеличение количества повторов некоторых упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечка», «шпагатов».

Во время исполнения боковых «шпагатов» применение складывания к ногам, во время прямого шпагата - складка вперед.

Отработка при растяжении паховой выворотности: «лягушки» на животе с прогибом назад.

Исполнение движений классического танца: rond, adagio, tendu, jete. Исполнение «ступеней» для укрепления мышц живота.

Исполнение экзерсиса на полу.

Увеличение нагрузки при исполнении движений, направленных на развитие прессы.

Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Исполнение «лягушки», «щучки» с более сильным нажимом на мышцы подъёма.

Использование движений, исполняемых у станка: tendu, passe, surlecou-de-pied, grandbattement.

Исполнение кругов ногами для укрепления мышц живота.

Усиленные занятия с применением «шпагатов».

Разрабатывание мышц стопы.

Упражнения на напряжение и расслабление всех мышц сразу.

Поднятие ног по ступеням с исполнением на каждой ступени разнообразных движений: «ножницы», дуговые движения стопой, вытягивание и сокращение подъема.

Развитие гибкости спины при исполнении «лодочки», «мостика», «колечка».

7. Хореографическая импровизация, сочинение этюдов.

Теория: Хореографический этюд. Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

Практика: Подбор музыкальных фрагментов для сочинения хореографических этюдов. Вариации изученных движений, сочинение движений и комбинаций. Хореографическая импровизация.

Сочинение этюдов: на развитие техники исполнения (использование вариаций движений и их сочетаний разных стилей и соответствующего характера, манеры исполнения); на построение композиционного рисунка и его развитие; на образную выразительность; на пластику (работа рук, корпуса, головы). Сочинение тематических этюдов, например, «Друг», «Одиночество», пр. Коллективный анализ, обсуждение.

8. Постановочная и репетиционная деятельность.

Теория: Драматургическое построение хореографического произведения (экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация, развязка). Планировка сценической площадки: авансцена, первый план, второй план, третий и дальний план.

Практика: Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле.

Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.

9. Беседы об искусстве, знакомство с образцами хореографии.

Теория: Выдающиеся исполнители: А. Павлова, Г. Уланова, М. Плисецкая, А. Мессерер, В. Васильев, В. М. Лиёпа, М. Лавровский, К. Максимова, Р. Стручкова и другие (по усмотрению педагога).

Известные ансамбли народных танцев: ансамбль Игоря Моисеева, «Берёзка» и др.; ансамбли песни и пляски: Омский русский народный хор, Северный русский народный хор, Волжский русский народный хор, Уральский русский народный хор.

Хореографические училища (Московская государственная академия хореографии, Академия Русского балета имени А.Я. Вагановой, Красноярский хореографический колледж, Новосибирское государственное хореографическое училище, Омский областной колледж

культуры и искусства и др.), требования к подготовке абитуриента хореографического училища, вступительные испытания.

Практика: Просмотр и анализ фрагментов балетов С. С. Прокофьева «Золушка», «Ромео и Джульетта», Р.К.Щедрина «Конёк-горбунок», Н.А.Римского-Корсакова «Снегурочка», А.Л.Рыбникова «Юнона и Авось», «Орфей и Эвридика», танцевальных номеров ансамбля И.Моисеева, «Берёзка» и др.

Посещение спектаклей, концертов (выступлений) профессиональных и детских хореографических коллективов, экскурсия в учебные заведения, готовящих хореографов.

Исследовательская, совместная проектная деятельность учащихся.

10. Концертная и конкурсная деятельность.

Теория: Сценическая культура. Сценический макияж. Культура закулисного общения. Пунктуальность и дисциплина.

Практика: выступления на новогодних, тематических праздниках, выступления в рамках социального партнёрства, участие в конкурсах. Отчётный концерт.

11. Итоговые занятия.

Подведение итогов за первое полугодие, учебный год. Аттестация учащихся.

Календарный учебный график
образовательного модуля «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»
Первый (шестой) год обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Учебный элемент	Тема занятия	Количество часов
1.	сентябрь	Введение в модуль	Введение в модуль «Хореография» продвинутого уровня.	3
2.	сентябрь	Классический танец (КлТ)	Становление русской школы классического танца: М. Петипа	3
3.	сентябрь	Постановочная и репетиционная деятельность (ПиРД)	Знакомство с музыкальным материалом «Где живут фламинго».	3
4.	сентябрь	Беседы об искусстве	Выдающиеся исполнители: А. Павлова.	3
5.	сентябрь	КлТ	Отличительные черты русского классического балета и его школы.	3
6.	сентябрь	ПиРД	Изучение элементов танца «Где живут фламинго».	3
7.	сентябрь	Сценическое движение (СД)	Сценическое движение как основа исполнительской культуры танцора.	3
8.	сентябрь	КлТ	Движения рук – préparations	3
9.	сентябрь	ПиРД	Разводка танцевальной композиции «Где живут фламинго».	3
10.	сентябрь	СД	Сочетание движений рук, ног	3
11.	сентябрь	КлТ	Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.	3
12.	сентябрь	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Где живут фламинго».	3
13.	октябрь	Концертная и конкурсная деятельность (КиКД)	Выступление коллектива.	3
14.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: Port de bras - 2-е, 3-е, 1, 2, 3 arabesques носком в пол.	3
15.	октябрь	ПиРД	Знакомство с музыкальным материалом «Розовая пантера».	3
16.	октябрь	Беседы об искусстве	Выдающиеся исполнители: А. Мессерер, М. Лавровский.	3
17.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: battements tendus jetés, battements tendus jetés c demi pliés.	3
18.	октябрь	ПиРД	Изучение элементов танца «Розовая пантера».	3
19.	октябрь	СД	Сочетание движений рук, ног и головы.	3
20.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: battements tendus pour les pieds, battements tendus jetés piqués.	3
21.	октябрь	ПиРД	Разводка танцевальной композиции «Розовая пантера».	3
22.	октябрь	СД	Сочетание движений рук, ног, спины и головы.	3

23.	октябрь	КлТ	Подготовительное упражнение для ronddejambeenl'air, relevés (подъёмы) на полупальцы, pastombé на месте	3
24.	октябрь	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Розовая пантера».	3
25.	ноябрь	СД	Анатомическое строение тела: работа поверхностных и глубоких мышц.	3
26.	ноябрь	КлТ	Упражнениянасерединезала: temps lié parterre, demi-pliés, battements tendus, battements tendus c demi pliés, battements tendus jetés впозах croisée, éffacée	3
27.	ноябрь	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Розовая пантера».	3
28.	ноябрь	Беседы об искусстве	Ансамбли народных танцев ансамбль Игоря Моисеева, «Берёзка».	3
29.	ноябрь	КлТ	Основные черты советского балета (краткий обзор).	3
30.	ноябрь	СД	Влияние дыхания на качество исполнения движений и выносливость.	3
31.	ноябрь	Джазовый танец	История возникновения джазового танца: танцевальная лексика, характерные особенности, стиль и манера исполнения.	3
32.	ноябрь	КлТ	Упражнения на середине: pasdebourréesimple, поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах	3
33.	ноябрь	СД	Свободная пластика и органичность движения.	3
34.	ноябрь	КиКД	Участие в конкурсе.	3
35.	ноябрь	КлТ	Pas tombé на месте. Pas couré на всю стопу.	3
36.	ноябрь	КиКД	Выступление коллектива.	3
37.	декабрь	Джазовый танец	Стили джазового танца. Экзерсис у станка	3
38.	декабрь	КлТ	Подготовка к rond dej ambe enl'air. Relevés (подъёмы) на полупальцы.	3
39.	декабрь	КиКД	Выступление коллектива.	3
40.	декабрь	Джазовый танец	Экзерсис на середине зала.	3
41.	декабрь	КлТ	Этапы прыжка.	3
42.	декабрь	Джазовый танец	Прыжки и вращения в джазовом танце.	3
43.	декабрь	Итоговое занятие	Выступление коллектива. Промежуточная аттестация учащихся.	3
44.	декабрь	КлТ	Прыжок Temps levé sauté.	3
45.	декабрь	КиКД	Выступление коллектива.	3
46.	декабрь	Беседы об искусстве	Посещение спектакля.	3
47.	декабрь	КлТ	Прыжок Changement de pied.	3
48.	декабрь	Беседы об искусстве	Хореографические училища.	3

49.	январь	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов балета С. С. Прокофьева «Золушка».	3
50.	январь	КЛТ	Прыжок Pas écharré во II позицию.	3
51.	январь	Партерная гимнастика	Правила выполнения комплекса партерной гимнастики, цели упражнений на полу.	3
52.	январь	Hip-hop	История возникновения, танцевальная лексика, характерные особенности Hip-hop.	3
53.	январь	Народно-сценический танец (НСТ)	Истоки русского народного танца.	3
54.	январь	Хореографическая импровизация, сочинение этюдов (Импровизация)	Подбор музыкальных фрагментов для сочинения хореографических этюдов.	3
55.	январь	Беседы об искусстве	Профессиональные учебные заведения города Омска, требования к подготовке абитуриента.	3
56.	январь	НСТ	Народный костюм и его стилизация в сценическом костюме.	3
57.	январь	Партерная гимнастика	Подготовка мышц к работе.	3
58.	январь	Hip-hop	Основные элементы Hip-hop - slide – скольжение, bodi – перекат, вращение.	3
59.	январь	НСТ	Техника и выразительность танца: характер исполнения, рисунки русского народного танца.	3
60.	январь	Партерная гимнастика	Амплитуду нажима в движениях (растяжка).	3
61.	февраль	Hip-hop	Основные элементы Hip-hop - gool walk – отличная прогулка, uch away move – отталкивание, hand against wall - рука вдоль.	3
62.	февраль	НСТ	Бег, подскоки, галоп, полька.	3
63.	февраль	КиКД	Участие в конкурсе.	3
64.	февраль	Партерная гимнастика	Складка вперед.	3
65.	февраль	НСТ	«Припадание» по VI позиции, «припадание» по III позиции с продвижением в сторону.	3
66.	февраль	Hip-hop	Танцевальные комбинации и импровизация.	3
67.	февраль	КиКД	Выступление коллектива.	3
68.	февраль	НСТ	Balancé как разновидность припадания.	3
69.	февраль	Импровизация	Вариации изученных движений, сочинение движений и комбинаций. Хореографическая импровизация.	3
70.	февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для паховой выворотности.	3
71.	февраль	НСТ	Дробные выстукивания: одинарные и двойные.	3
72.	февраль	Contemporari	История возникновения contemporari, танцевальная лексика,	3

			характерные особенности.	
73.	март	КиКД	Выступление коллектива.	3
74.	март	НСТ	Дробные комбинации	3
75.	март	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов балета А.Л. Рыбникова «Юнона и Авось».	3
76.	март	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц живота.	3
77.	март	НСТ	«Голубец» с двумя переступаниями на полупальцах на месте.	3
78.	март	Contemporari	Базовые движения и принципы contemporary dance.	3
79.	март	Импровизация	Сочинение этюдов на развитие техники исполнения.	
80.	март	Модерн	История возникновения танца модерн.	3
81.	март	Партерная гимнастика	Экзерсис на полу - подготовка к Plie	3
82.	март	КиКД	Участие в конкурсе.	3
83.	март	Модерн	Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения.	3
84.	март	Contemporari	Прыжки и падения в contemporary dance	3
85.	апрель	Импровизация	Сочинение этюдов на построение композиционного рисунка и его развитие.	3
86.	апрель	Модерн	Закручивание корпуса вниз, contraction, release.	3
87.	апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для разработки стопы.	3
88.	апрель	Беседы об искусстве	Экскурсия в Омский музыкально-педагогический колледж.	3
89.	апрель	Модерн	Swing , swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо.	3
90.	апрель	Contemporari	Работа с партнером в contemporary dance	3
91.	апрель	Итоговое занятие	Отчётный концерт ансамбля. Промежуточная аттестация учащихся.	3
92.	апрель	Импровизация	Сочинение этюдов на образную выразительность.	3
93.	апрель	Партерная гимнастика	Упражнения на напряжение и расслабление всех мышц сразу.	3
94.	апрель	КиКД	Участие в конкурсе.	3
95.	апрель	Contemporari	Танцевальные комбинации и импровизация.	3
96.	апрель	ПиРД	Знакомство с музыкальным материалом «Солнце в ладонях».	3
97.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
98.	май	Модерн	Перекидка через плечо, прыжок с опорой на руку.	3
99.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
100.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
101.	май		Сочинение этюдов на пластику.	3

102.	май	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости спины.	3
103.	май	ПиРД	Изучение элементов танца «Солнце в ладонях».	3
104.	май	Импровизация	Сочинение этюдов тематических этюдов.	3
105.	май	КиКД	Участие в конкурсе.	3
106.	май	ПиРД	Разводка танцевальной композиции «Солнце в ладонях».	3
107.	май	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Солнце в ладонях».	3
108.	май	Импровизация	Хореографический этюд. Музыкально-хореографическая, образная выразительность	3
Итого часов:				324

Календарный учебный график
образовательного модуля «Хореография» (продвинутый уровень)
ДООП образцового ансамбля эстрадного танца «Лёгкое дыхание»
Второй (седьмой) год обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Учебный элемент	Тема занятия	Количество часов
109	сентябрь	Введение в модуль	Введение в модуль «Хореография» продвинутого уровня.	3
110	сентябрь	Классический танец (КлТ)	Русский романтический балет.	3
111	сентябрь	Сценическое движение (СД)	Сценическое движение как основа исполнительской культуры танцора.	3
112	сентябрь	Постановочная и репетиционная деятельность (ПиРД)	Знакомство с музыкальным материалом «Груня».	3
113	сентябрь	КлТ	Многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца.	3
114	сентябрь	ПиРД	Изучение элементов танца «Груня».	3
115	сентябрь	Беседы об искусстве	Выдающиеся исполнители: Г. Уланова, М. Плисецкая.	3
116	сентябрь	КлТ	Движения рук – préparations	3
117	сентябрь	СД	Сочетание движений рук, ног. Усложнённая координация.	3
118.	сентябрь	ПиРД	Разводка танцевальной композиции «Груня».	3
119.	сентябрь	КлТ	Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé parterre.	3
120.	сентябрь	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Груня».	3
121.	октябрь	КиКД	Выступление коллектива.	3
122.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: Port de bras - 2-е, 3-е, 1, 2, 3 arabesques носком в пол.	3
123.	октябрь	СД	Сочетание движений рук, ног и головы. Усложнённая координация.	3
124.	октябрь	Беседы об искусстве	Выдающиеся исполнители: В. Васильев, В. М. Лиёпа, К. Максимова	3
125.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: battements tendus jetés, battements tendus jetés c demi pliés.	3
126.	октябрь	Концертная и конкурсная деятельность (КиКД)	Выступление коллектива.	3
127.	октябрь	Народно-сценический танец (НСТ)	Русский народный танец в эпоху Петра I	3
128.	октябрь	КлТ	Упражнения у станка: battements tendus pour les pieds, battements tendus jetés piqués.	3
129.	октябрь	СД	Сочетание движений рук, ног, спины и головы. Усложнённая	3

			координация.	
130.	октябрь	НСТ	Областные различия в народном костюме.	3
131.	октябрь	КлТ	Подготовительное упражнение для ronddejambeenl'air, relevés (подъёмы) на полупальцы, pastombé на месте.	3
132.	октябрь	НСТ	Трюки, технически сложные элементы в народном танце.	3
133.	ноябрь	Хореографическая импровизация, сочинение этюдов (Импровизация)	Хореографический этюд. Музыкально-хореографическая, образная выразительность.	3
134.	ноябрь	КлТ	Упражнениянасерединезала: temps lié parterre, demi-pliés, battements tendus, battements tendus c demi pliés, battements tendus jetés в позах croisée, éffacée.	3
135.	ноябрь	СД	Анатомическое строение тела: работа поверхностных и глубоких мышц.	3
136.	ноябрь	НСТ	Бег, подскоки, галоп, полька.	3
137.	ноябрь	КлТ	Основные черты советского балета (краткий обзор).	3
138.	ноябрь	Беседы об искусстве	Ансамбли песни и пляски.	3
139.	ноябрь	КиКД	Выступление коллектива.	3
140.	ноябрь	КлТ	Упражнения на середине: pasdebourréesimple, поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах	3
141.	ноябрь	СД	Психология свободной пластики в танце.	3
142.	ноябрь	КиКД	Участие в конкурсе.	3
143.	ноябрь	КлТ	Pas tombé на месте.	3
144.	ноябрь	НСТ	«Припадание» в повороте	3
145.	декабрь	Импровизация	Подбор музыкальных фрагментов для сочинения хореографических этюдов.	3
146.	декабрь	КлТ	Pas de basque	3
147.	декабрь	СД	Свободная пластика и импровизация.	3
148.	декабрь	Импровизация	Вариации изученных движений, сочинение движений и комбинаций. Хореографическая импровизация.	3
149.	декабрь	КлТ	Подготовка к rond dej ambe enl'air. Relevés (подъёмы) на полупальцы	3
150.	декабрь	НСТ	Подбивки.	3
151.	декабрь	НСТ	Дробные выстукивания: «русский ключ».	3
152.	декабрь	КлТ	Прыжок Temps levé sauté по IV позиции	3
153.	декабрь	Итоговые занятия	Выступление коллектива. Промежуточная аттестация учащихся.	3
154.	декабрь	НСТ	Дробные комбинации.	3

155.	декабрь	КлТ	Прыжок <i>Changement de pied, entrechat-quatre</i> .	3
156.	декабрь	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов выступлений Красноярского ансамбля танца Сибири.	3
157.	январь	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов выступлений Северного русского народного хора.	3
158.	январь	КлТ	Прыжок <i>Pas échappé</i> из IV в V позицию.	3
159.	январь	ПиРД	Знакомство с музыкальным материалом «Джунгли».	3
160.	январь	НСТ	«Голубец» в комбинации с <i>Balancé</i> .	3
161.	январь	Партерная гимнастика	Значение самостоятельной работы в партерной гимнастике	3
162.	январь	ПиРД	Изучение элементов танца «Джунгли».	3
163.	январь	Импровизация	Сочинение этюдов на развитие техники исполнения.	3
164.	январь	Партерная гимнастика	Подкачка плечевого пояса.	3
165.	январь	ПиРД	Разводка танцевальной композиции «Джунгли».	3
166.	январь	Джазовый танец	Джаз и его разновидности	3
167.	январь	Джазовый танец	Степ как разновидность джазового танца. Основные элементы.	3
168.	январь	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Джунгли».	3
169.	февраль	Джазовый танец	Экзерсис на середине зала.	3
170.	февраль	Партерная гимнастика	Складка вперёд. Угол.	3
171.	февраль	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов балета С. С. Прокофьева «Ромео и Джульетта».	3
172.	февраль	КиКД	Участие в конкурсе.	3
173.	февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для паховой выворотности.	3
174.	февраль	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Джунгли».	3
175.	февраль	КиКД	Выступление коллектива.	3
176.	февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц живота.	3
177.	февраль	Джазовый танец	Прыжки и вращения в джазовом танце.	3
178.	февраль	Импровизация	Сочинение этюдов на развитие техники исполнения.	3
179.	февраль	Партерная гимнастика	Экзерсис на полу - подготовка к <i>battement tendu</i> .	3
180.	февраль	Contemporari	Пластические особенности <i>contemporary dance</i> , слияние гимнастических элементов с танцем.	3
181.	март	КиКД	Выступление коллектива.	3
182.	март	Партерная гимнастика	Упражнения для разработки стопы.	3
183.	март	Беседы об искусстве	Просмотр и анализ фрагментов балета А.Л. Рыбникова «Орфей и	3

			Эвристика».	
184.	март	КиКД	Выступление коллектива.	3
185.	март	Партерная гимнастика	Упражнения на напряжение и расслабление всех мышц сразу.	3
186.	март	Contemporari	Базовые движения и принципы contemporary dance.	3
187.	март	Contemporari	Прыжки и падения в contemporary dance	
188.	март	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости спины. Мост с двух ног.	3
189.	март	Contemporari	Работа с партнером в contemporary dance.	3
190.	март	КиКД	Участие в конкурсе.	3
191.	март	Модерн	Основоположники модерн-танца: Марта Грэхэм, Айседора Дункан.	3
192.	март	Contemporari	Танцевальные комбинации и импровизация.	3
193.	апрель	Hip-hop	Пластические особенности Hip-hop. Основной ритм, счёт, музыкальный размер.	3
194.	апрель	Модерн	Слияние гимнастических элементов с танцем.	3
195.	апрель	Беседы об искусстве	Экскурсия в Омский областной колледж культуры и искусств.	3
196.	апрель	Hip-hop	Основные элементы Hip-hop - slide – скольжение, bodi – перекат, вращение.	3
197.	апрель	Модерн	Закручивание корпуса вниз, contraction, release.	3
198.	апрель	Итоговые занятия	Отчётный концерт ансамбля. Итоговая аттестация учащихся.	3
199.	апрель	Hip-hop	Основные элементы Hip-hop - gool walk – отличная прогулка, uch away move – отталкивание, hand against wall - рука вдоль.	3
200.	апрель	Модерн	Swing , swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо.	3
201.	апрель	КиКД	Участие в конкурсе.	3
202.	апрель	Hip-hop	Танцевальные комбинации и импровизация.	3
203.	апрель	Модерн	Перекидка через плечо, прыжок с опорой на руку.	3
204.	апрель	ПиРД	Знакомство с музыкальным материалом «Степ».	3
205.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
206.	май	Импровизация	Сочинение этюдов на построение композиционного рисунка и его развитие.	3
207.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
208.	май	ПиРД	Изучение элементов танца «Степ».	3
209.	май	Импровизация	Сочинение этюдов на образную выразительность.	3
210.	май	Беседы об искусстве	Посещение спектакля.	3
211.	май	ПиРД	Разводка танцевальной композиции	3

			«Степ».	
212.	май	Импровизация	Сочинение этюдов на пластику.	3
213.	май	КиКД	Участие в конкурсе.	3
214.	май	ПиРД	Отработка танцевальной композиции «Степ».	3
215.	май	Импровизация	Сочинение этюдов тематических этюдов.	3
216.	май	КиКД	Выступление коллектива.	3
	Итого часов:			324