

**Углубленный уровень: 1 год обучения**

Отличительной особенностью данной образовательной программы, в связи с изучением разных направлений танца, является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных), меняется круг интересов ребенка или увеличивается нагрузка в школе, то всегда есть возможность закончить обучение на определенном этапе.

Образовательная программа предполагает групповую, индивидуальную и коллективную формы занятий.

**Цель данной программы** –формирование и развитие творческих способностей обучающихсясредствами хореографического искусства.

**Задачи:**

**1. Обучающие:**

- закрепить теоретические знания, практические умения и навыки в области хореографического искусства;

- научить применять полученные практические навыки и теоретические знания в области хореографического искусства;

- закрепить знания, полученные о различных танцевальных направлениях, научить самостоятельно пользоваться полученным лексическим материалом;

- сформировать навык танцевальной импровизации;

- улучшить эмоциональную выразительность, научить работать с различными эмоциональными состояниями;

**2. Развивающие:**

- приобщить к танцевальному искусству и культуре;

- мотивировать насамообразование;

- сформировать толерантное отношение к любым видам искусства и их национальным особенностям;

- укрепитьздоровье, опорно-двигательный аппарат, мышечный корсет, физическую выносливость;

- сформировать музыкальный слух, танцевальную выразительность;

- закрепить навыки зрительной и музыкальной памяти;

- сформировать навыки танцевальной координации.

**3. Воспитательные:**

- создать и научить поддерживать сплоченный коллектив;

- задать общие цели, задачи и мотивировать на высокие результаты;

- сформировать навыки работы в паре, малой группе и коллективе;

- сформировать эстетическую культуру, нравственное отношение друг к другу;

- улучшить и развить коммуникативные способности;

- привить чувство ответственности и самостоятельности;

- сформировать общую культуру личности, способность ориентироваться в современном обществе.

**Условия реализации программы**

Классическому танцу отводится значительная часть времени. На этом уровне развиваем музыкальность, выразительность, танцевальностьучащегося, координацию. Продолжаем изучать ощущение характерных особенностей танцев разных народностей, вырабатываем чувство позы. Продолжается изучение раздела «Современная хореография».

На 1 году обучения углубленного уровня идет освоение более сложных форм ранее изученных движений, новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, подбирается более разнообразный музыкальный материал, даются более сложные по запоминанию комбинации и танцевальные связки и этюды.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ:**

**Личностные результаты**

1. организация сплоченного коллектива и мотивация на высокие результаты;
2. выработка умения работы в парах, малой группе и коллективе;
3. мотивация на саморазвитие, самообразование и личностное самоопределение;
4. мотивация на обучение хореографическому искусству;

**2. Метапредметные результаты**

1. приобщение к хореографическому искусству и культуре;
2. формирование толерантного отношения к любым видам искусства и их национальным особенностям;
3. укрепление здоровья, опорно-двигательного аппарата, мышечного корсета, физической выносливости;
4. формированиеэстетическойкультуры;
5. развитие коммуникативных способностей, чувства ответственности и самостоятельности;
6. формирование общей культуры личности, способности ориентироваться в современном обществе.

**3. Предметные результаты**

1. формирование теоретических знаний, практических умений и навыков в области хореографического искусства;
2. владение профессиональной терминологией различных танцевальных направлений, грамотное ее применение;
3. умение применять полученные практические навыки и теоретические знания, полученный лексический материал;
4. развитие музыкального слуха, чувства ритма, танцевальной выразительности, зрительной и музыкальной памяти;
5. развитие креативности в области хореографического искусства.
6. закрепление навыков танцевальной координации и импровизации.

**Календарно-тематическое планирование первого года обучения (углубленный уровень):**

| **№** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма****контроля** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 03.09.2019 |  | Вводное занятие, первичный инструктаж. Гимнастика, растяжки | 2 | Входной |
|  | 04.09.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 05.09.2019 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 10.09.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. | 2 | текущий |
|  | 11.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 12.09.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 14.09.2019 |  | Актерское мастерство. Современный танец. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 17.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 18.09.2019 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 19.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 21.09.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Танцевальная импровизация | 3 | текущий |
|  | 24.09.2019 |  | Танцевальная импровизация. Актерское мастерство. | 2 | текущий |
|  | 25.09.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. Гимнастика, растяжки | 3 | текущий |
|  | 26.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | 2 | текущий |
|  | 28.09.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 01.10.2019 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 02.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 03.10.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 05.10.2019 |  | Современный танец. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 08.10.2019 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 09.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 10.10.2019 |  | Гимнастика, растяжка, актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 12.10.2019 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
|  | 15.10.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 16.10.2019 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 17.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 19.10.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, танцевальная импровизация | 3 | текущий |
|  | 22.10.2019 |  | Гимнастика, растяжка. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 23.10.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 24.10.2019 |  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 26.10.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 29.10.2019 |  | Современный танец, актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 30.10.2019 |  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 31.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 02.11.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 3 | текущий |
|  | 05.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. | 2 | текущий |
|  | 06.11.2019 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 07.11.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 09.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 12.11.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 13.11.2019 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 14.11.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 16.11.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 19.11.2019 |  | Танцевальная импровизация. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 20.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 2 | текущий |
|  | 21.11.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 23.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Актерское мастерство | 3 | текущий |
|  | 26.11.2019 |  | Современный танец, актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 27.11.2019 |  | Дуэтный танец. Гимнастика, растяжка | 2 | текущий |
|  | 28.11.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 30.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 03.12.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 04.12.2019 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 05.12.2019 |  | Гимнастика, растяжка. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 07.12.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 10.12.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 11.12.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 12.12.2019 |  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 14.12.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, танцевальная импровизация | 3 | текущий |
|  | 17.12.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | 2 | текущий |
|  | 18.12.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 19.12.2019 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 21.12.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 24.12.2019 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 25.12.2019 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 26.12.2019 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | 2 | текущий |
|  | 09.01.2020 |  | Вводное занятие, вторичный инструктаж. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 11.01.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 14.01.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 15.01.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 16.01.2020 |  | Гимнастика, растяжка. Танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 18.01.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | 3 | текущий |
|  | 21.01.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 22.01.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 23.01.2020 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 25.01.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
|  | 28.01.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 29.01.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 30.01.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 01.02.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | 3 | текущий |
|  | 04.02.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 05.02.2020 |  | Современный танец. Дуэтный танец. | 2 | текущий |
|  | 06.02.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 08.02.2020 |  | Современный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 11.02.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 12.02.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 13.02.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 15.02.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 18.02.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 19.02.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 20.02.2020 |  | Дуэтный танец. Танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 22.02.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | 3 |  |
|  | 25.02.2020 |  | Классический танец | 2 | текущий |
|  | 26.02.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 27.02.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 29.02.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Танцевальная импровизация | 3 | текущий |
|  | 03.03.2020 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 04.03.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 05.03.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 07.03.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 |  |
|  | 10.03.2020 |  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 11.03.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 12.03.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 2 | текущий |
|  | 14.03.2020 |  | Современный танец. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 17.03.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 18.03.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 19.03.2020 |  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | 2 | текущий |
|  | 21.03.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 24.03.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 25.03.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 26.03.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 28.03.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 3 | текущий |
|  | 31.03.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 01.04.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 02.04.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 04.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 07.04.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 08.04.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 09.04.2020 |  | Актерское мастерство. Танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 11.04.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
|  | 14.04.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 15.04.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 16.04.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 18.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | 3 | текущий |
|  | 21.04.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 22.04.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 23.04.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 25.04.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. Дуэтный танец | 3 | текущий |
|  | 28.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец | 2 | текущий |
|  | 29.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа | 2 | текущий |
|  | 30.04.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | 2 | текущий |
|  | 05.05.2020 |  | Классический танец | 2 |  |
|  | 06.05.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 07.05.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 12.05.2020 |  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | 2 | текущий |
|  | 13.05.2020 |  | Дуэтный танец. Гимнастика, растяжка | 2 | текущий |
|  | 14.05.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 16.05.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | 3 | текущий |
|  | 19.05.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 20.05.2020 |  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | 2 | текущий |
|  | 21.05.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | 2 | текущий |
|  | 23.05.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
|  | 26.05.2020 |  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | 2 | текущий |
|  | 27.05.2020 |  | Современный танец | 2 | текущий |
|  | 28.05.2020 |  | Итоговое занятие | 2 | итоговый |

**Содержание программы:**

| № | Тема занятий | Содержание занятий |
| --- | --- | --- |
|  | Вводное занятие, первичный инструктаж. Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровня начинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На 1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на ***1 году обучения*** углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На 1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на координацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На 1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtenduсповоротомбедра3. сквозныеbattementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. Дуэтный танец | **Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражненияВ процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Танцевальная импровизация. Актерское мастерство | **Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Танцевальная импровизация | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражненияВ процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 ***году обучения углубленного уровня***заключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. Дуэтный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:** На 1 году обучения углубленного уровня большинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, актерское мастерство | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Актерское мастерство | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, танцевальная импровизация | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец, актерское мастерство | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на координацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог» |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. Гимнастика, растяжка | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражненияВ процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Танцевальная импровизация. Дуэтный танец | **Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Актерское мастерство | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец, актерское мастерство | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта, даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Гимнастика, растяжка | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровня в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта, даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Актерское мастерство | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Дуэтный танец | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На***седьмом*** году обучения изучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, танцевальная импровизация | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения. | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Вводное занятие, вторичный инструктаж. Актерское мастерство | **Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, вращения, аллегро | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Гимнастика, растяжка | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На***седьмом*** году обучения изучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. Гимнастика, растяжка | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Гимнастика, растяжка** В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Танцевальная импровизация | **Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, вращения, аллегро | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнитьвсезаданныеупражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Танцевальная импровизация | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. Дуэтный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Современный танец. Дуэтный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Актерское мастерство | **Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Дуэтный танец | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе седьмого года обучения в силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. Танцевальная импровизация | **Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца. Дуэтный танец | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На 1 году обучения углубленного уровняизучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог» |
|  | Репетиционная и постановочная работа | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог» |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец, актерское мастерство | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»**Актерское мастерство****Теория:**Предлагаемые обстоятельства (совокупность условий и ситуаций, в которых происходит сценическое действие)***Темпоритм и шкала темпоритмов:*****№1, №2** – пассивность, вялость, подавленность, апатия**№3, №4** – оживление, постепенные переход к энергичному самочувствию**№5** – готовность действовать, спокойное совершение действий**№6** – ритм решений, резкий, четкий жизнеутверждающий ритм**№7** – преодоление препятствий, появление опасности, тревога, или бурная радость**№8, №9** – энергичное действие, сильное возбуждение**№10 –** хаос, безумие, суета, паникаЗадания на раскрепощения и развитие воображения и эмоций: растительное и животное начало в танце; обыгрывание образов животных; разыгрывание ситуаций; осознанная и глубокая работа над эмоцией; постановка этюдов на конкретную тему **Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка, танцевальная импровизация | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Танцевальная импровизацияТеория:** импровизация под заданный музыкальный материал**,** в конкретном танцевальном стиле**,** в определенном настроении или эмоции**;** работа в парах и групах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием сиквенции и волны, канон); задание «неразрывная цепочка»**;** прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам, ракоход)**;** построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;** задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов (индивидуально, в группах и по парам)**Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровняначинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды, основные элементы русского танца | **Теория:** Основная задача экзерсиса у станка на 1 году обучения углубленного уровнязаключается в изучении движений в их развитии. Присутствует больше танцевальных движений, отражающих характер танца. Идет увеличение темпа, движения чередуются ритмически. Занятие включает следующие движения:1.plie с поворотом коленей2. battementtendu с поворотом бедра 3. сквозные battementtendujete4. ronddejambe, ronddepiedе с поворотом стопы, то же по воздуху5. battementfondu6. flic-flac7. подготовка к «веревочке» с прыжком, упражнение для бедра в один темп, веревочка8. упражнения на выстукивания:- чередование ударов полупальцами и каблуками- удары пятками в пол9. battementdevеloppe с двойным ударом опорной пятки10. grand battement jete с tombe-coupe 11. опускание на подъем12. одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 и 36013. голубец с двойный ударом в прыжке14. ход руки «восьмерка»15.кабриоль вытянутыми ногами на 4516. присядочные движения:- полуприсядка с ковырялкой- полуприсядка с закладной ноги назад на подъем- полуприсядка с ковырялкой обеими ногами17. Основные элементы русского танцы на середине зала усложняются - ходы и проходки, веревочки (одинарная, двойная, с выносом на каблук, с ударом, с шагом на каблук в сторону, с переступанием, в повороте), моталочки, дроби и хлопушки на месте и с продвижением, вращения (по диагонали, по кругу, на месте).18. Упражнения для координации и пластики на середине зала - этюды в русском, венгерском, испанском, цыганском, украинском характере.**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. Гимнастика, растяжка | Постановка новых номеров и отработка комбинация к номерам «Под Смуглянку», «Пиццика», «Цыганский танец», «Финал», «Пролог»В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро, вращения | **Теория:**На1 году обучения углубленного уровнябольшинство движений классического экзерсиса изучаются в законченном виде, исполняются на полупальцах, усложняются ритмически и координационно, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Большое значение уделяется танцевальности и подвижности. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:1. demi plie и grand plie2. battement tendu (по"восьмым")3. battement tendujete, battement tendujete balance, pique, batementtendujeteповосьмым4. rond de jambe par terreen dehors, en dedans, jetepasse, grand rond de jamb jete5. battement fondu (На 90 градусов)6.rond de jambe en lair 7. battement frappe наполупальцах8. petit battement наполупальцах9. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов10. grand battement tendujeteнаполупальцах, мягкийgrand battement, grand battement jete pointe11. releve по всем позициям, aplombeна одной ноге12. IIIportdebras, в чистом виде и с растяжкой назад и вперед, с ногой на 90 градусов13. полуповороты endehors, endedans с ногой на 45 градусов14. подготовка к flic-flac15. подготовка к toursпо пятой, toursпо пятой, подготовка к toursсо второй позиции**На середине зала:**1.Маленькие и большие позы epaulementcroiseeи effacee, ecarte1. III, IV portdebras2. temps lie par terre3. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans4. arabesqueIIи III(положение рабочей ноги в пол)5. attitudescroiseeиeffacee6. passé7. temps releve8. tours: chaines, tours en dehors иen dedans, з., preparation иtours с 5 поз. 9. allegro: changement de pieds, pas echappe, dublechappe, pas assemble, pas chasse, pas glissade, pas jete, sissone simple, сценическийsissoneвI arabesque**Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. Дуэтный танец | В процессе 1 года обучения углубленного уровняв силу возрастных изменений, таких как интенсивный рост, выраженные эндокринные сдвиги и изменения в деятельности нервной системы, связанные с половым созреванием, усиление деятельности половых желез, происходит несоответствие между требованиями и физиологическими возможностями ребенка. Все это приводит к утомлению, поэтому важно в этот период следить за тем, чтоб дети справлялись с физическими нагрузками на занятиях и контролировать их самочувствие. На занятиях гимнастикой и растяжками увеличивается количество движений, развивающих силу, выносливость, вводятся силовые упражнения, сочетая их с растяжками, упражнениями на восстановление дыхания и расслабление всего организма.**Теория:**1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без, силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)2. Партерный экзерсис, упражнения в партере (складочка, бабочка, лягушка, упражнения для силы ног и стоп, мостик, свечка, шпагаты, махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, разработка подъема. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях, кувырки, колесо)3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление**Практика:** выполнить все заданные упражнения**Дуэтный танец****Теория:** На***седьмом*** году обучения изучаются поддержки двумя руками и одной рукой за талию, обводки. Нарабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера. Изучаются низовые и верховые поддержки. **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец | **Теория:**На седьмом году обучения начинается более углубленное знакомство с современным танцем, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:* *изоляция:*

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей. Сочетание работы головы с работой ног.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты, круги и полукруги, смещение корпуса.4. Таз, бедра: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции рук джаз и модерн танца. V-position. Сложные по координации переходы из позиции в позицию.6. Ноги: движения изолированных ареалов (пальцы, стопа, голеностоп, колени). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Изучение основных позиций ног джаз и модерн танца. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой. * стопа "flex", "point", demi point
* flatbackвперед, назад, в сторону, по диагонали, полукруги и круги торсом
* Twist и спираль, твисты корпусом в различным проявлениях, в партере
* Contraction, release, highrelease, arch, lowback, curve и bodyroll («волна» - передняя, задняя, боковая), комбинирование понятий и использование в партере, сочетание с элементами растяжки
* Свинги - стоя (свинги корпусом, руками, боковые, с прыжком с вытянутыми, поджатыми) и в партере ногами (боковые, открытые и закрытые), свинговые движения в комбинациях
* Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень
* Упражнения стрэтч – характера в различных положениях, комбинирование партера и воздуха, продвижение по диагонали
* Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату, хаотичные шаги и бег, работа со скоростями в пространстве и группе
* основные шаги афро-джаза, латинского джаза, свингового джаза
* Прыжки: hop, jump, leap, различные прыжки по диагонали
* Основной ход для продвижения и связок - pardebourre - с продвижением во все направления, с добавлением рук, с поворотом на 90, 180 и 360 градусов
* Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpeи relevelent, grandbattementjete
* работа в партере - волны, выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки вперед и назад, через плечо, через грудь, свинги; понятия "звезда", "банан", "люлька", "русалка", "вертолет", "пингвин", "слон", "ящерица", "баран", понятие мизинца; стойка на руках и на голове, боковая стойка на плече, с переходом на другое плечо различными способами

На основе усвоенных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.**Практика:**Выполнить все заданные упражнения |
|  | Итоговое занятие. Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | Итоговое занятие – открытое занятие для родителей**Теория:** Посещение концертов профессиональных и детских хореографических коллективов. Выезд в осенние, зимние и летние лагеря для постановки танцевальных номеров. Выезды на Всероссийские и Международные фестивали и конкурсы, как в Санкт-Петербурге, так и в городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья. **Практика:** показательное выступление |