

**Рабочая программа (базовый уровень, 4 год обучения).**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности.

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

**Задачи:**

**1. Обучающие:**

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

- научить самостоятельно, пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;

- научить ориентироваться в танцевальных направлениях;

- сформировать основные двигательные навыки, необходимые для занятия хореографией;

- улучшить музыкальное восприятие, эмоциональную выразительность.

**2. Развивающие:**

- приобщить к танцевальному искусству и общей культуре;

- мотивировать на самостоятельное образовательное, творческое и духовное развитие; сформировать устойчивое стремление к самообразованию;

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

- развить физическую выносливость, укрепить опорно-двигательный аппарат;

- развить танцевальную выразительность, улучшить зрительную и музыкальную память, воображение;

- развить навыки координации.

**3. Воспитательные:**

- создать и поддерживать сплоченный коллектив;

- сформировать нравственную культуру, толерантное отношение друг к другу;

- улучшить коммуникативные способности, повысить чувство ответственности и самостоятельности;

- сформировать чувство самодисциплины;

- сформировать навык работы в паре и группе.

**Условия реализации программы:**

На 4 год обучения(базовый уровень) переводятся ( принимаются) дети 12-13 лет с начальной подготовкой, освоившие и умеющие выполнять основы классического танца, народно-характерного танца, эстрадного танца, упражнения гимнастики и растяжки, гибкие, выносливые, без лишней массы тела, физически здоровые дети, без противопоказаний к занятиям хореографией.

На этом уровне экзерсису у станка и на середине в классическом и народно-характерном танцах отводится значительная часть времени. Экзерсис подготавливает к грамотному исполнению движений в танцах. Особое внимание уделяется на развитие музыкальности и выразительности учащегося и умение применять знания в постановках. Прививаем навыки ощущения характерных особенностей танцев разных народностей.

Начинается изучение раздела «современная хореография».

**Ожидаемые результаты 4 года обучения:**

**1. Личностные результаты**

1. организация сплоченного коллектива и формирование общей цели;
2. выработка умения работы в парах и группе;
3. устойчивое стремление учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
4. личностная и групповая мотивация на обучение хореографическому искусству;

**2. Метапредметные результаты**

1. приобщение к хореографическому искусству и общей культуре;
2. формирование толерантного отношения к любым видам искусства и их национальным особенностям;
3. развитие физической выносливости и укрепление опорно-двигательного аппарата;
4. улучшение коммуникативных способностей, повышение чувства ответственности и самостоятельности;
5. формирование самодисциплины.

**3. Предметные результаты**

1. закрепление теоретических знаний, практических умений и навыков в области хореографического искусства;
2. владение профессиональной терминологией различных танцевальных направлений;
3. умение самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
4. развитие чувства ритма, координации, танцевальной и эмоциональной выразительности, зрительной и музыкальной памяти;
5. развитие навыков танцевальной импровизации на основе полученного лексического материала.

**Календарно-тематическое планирование 4 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма контроля** |
| 1 | 03.09.2019 |  | Вводное занятие. Первичный инструктаж. Классический танец. | 3 | входной |
| 2 | 05.09.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 3 | 10.09.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 4 | 12.09.2019 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 5 | 14.09.2019 |  | Дуэтный танец. Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 6 | 17.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 7 | 19.09.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 8 | 21.09.2019 |  | Современный танец | 3 | текущий |
| 9 | 24.09.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 10 | 26.09.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 11 | 28.09.2019 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
| 12 | 01.10.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 13 | 03.10.2019 |  | Современный танец | 3 | текущий |
| 14 | 05.10.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа ,детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 15 | 08.10.2019 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 16 | 10.10.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | Текущий |
| 17 | 12.10.2019 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 18 | 15.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 19 | 17.10.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 20 | 19.10.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 21 | 22.10.2019 |  | Современный танец  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 22 | 24.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 23 | 26.10.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 24 | 29.10.2019 |  | Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 25 | 31.10.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 26 | 02.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 27 | 05.11.2019 |  | Современный танец | 3 | текущий |
| 28 | 07.11.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 29 | 09.11.2019 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
| 30 | 12.11.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 31 | 14.11.2019 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 32 | 16.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 33 | 19.11.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 34 | 21.11.2019 |  | Дуэтный танец.  Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 35 | 23.11.2019 |  | Современный танец.  Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 36 | 26.11.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 37 | 28.11.2019 |  | Дуэтный танец.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 38 | 30.11.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 39 | 03.12.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 40 | 05.12.2019 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 41 | 07.12.2019 |  | Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 42 | 10.12.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 43 | 12.12.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro.  Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 44 | 14.12.2019 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
| 45 | 17.12.2019 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 46 | 19.12.2019 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 47 | 21.12.2019 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 48 | 24.12.2019 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 49 | 26.12.2019 |  | Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 50 | 28.12.2019 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 51 | 09.01.2020 |  | Вторичный инструктаж.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 52 | 11.01.2020 |  | Классический танец. | 3 | текущий |
| 53 | 14.01.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
| 54 | 16.01.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 55 | 18.01.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 56 | 21.01.2020 |  | Дуэтный танец.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 57 | 23.01.2020 |  | Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 58 | 25.01.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 59 | 28.01.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 60 | 30.01.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 61 | 01.02.2020 |  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | 3 | текущий |
| 62 | 04.02.2020 |  | Классический танец.  Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 63 | 06.02.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 64 | 08.02.2020 |  | Гимнастика, растяжки.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 65 | 11.02.2020 |  | Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 66 | 13.02.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка.  Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 67 | 15.02.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 68 | 18.02.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 69 | 20.02.2020 |  | Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 70 | 22.02.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 71 | 25.02.2020 |  | Классический танец.  Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | 3 | текущий |
| 72 | 27.02.2020 |  | Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 73 | 29.02.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 74 | 03.03.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 75 | 05.03.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 76 | 07.03.2020 |  | Современный танец | 3 | текущий |
| 77 | 10.03.2020 |  | Танцевальная импровизация.  Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 78 | 12.03.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 79 | 14.03.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 80 | 17.03.2020 |  | Народно-характерный танец.  Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 81 | 19.03.2020 |  | Актерское мастерство. | 3 | текущий |
| 82 | 21.03.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 83 | 24.03.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 84 | 26.03.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 85 | 28.03.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 86 | 31.03.2020 |  | Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 87 | 02.04.2020 |  | Актерское мастерство.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 88 | 04.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 89 | 07.04.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 90 | 09.04.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 91 | 11.04.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 92 | 14.04.2020 |  | Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 93 | 16.04.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 94 | 18.04.2020 |  | Гимнастика, растяжки | 3 | текущий |
| 95 | 21.04.2020 |  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | 3 | текущий |
| 96 | 23.04.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 97 | 25.04.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 98 | 28.04.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 99 | 30.05.2020 |  | Дуэтный танец. | 3 | текущий |
| 100 | 07.05.2020 |  | Актерское мастерство.  Танцевальная импровизация. | 3 | текущий |
| 101 | 12.05.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 102 | 14.05.2020 |  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | 3 | текущий |
| 103 | 16.05.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 104 | 19.05.2020 |  | Современный танец. | 3 | текущий |
| 105 | 21.05.2020 |  | Народно-характерный танец. Экзерсис, этюды. | 3 | текущий |
| 106 | 23.05.2020 |  | Классический танец. Репетиционная и постановочная работа. | 3 | текущий |
| 107 | 26.05.2020 |  | Гимнастика, растяжки. | 3 | текущий |
| 108 | 28.05.2020 |  | Итоговое занятие. Танцевальная импровизация. | 3 | Итоговый |

**Содержание программы:**

| **№** | **Тема занятий** | **Содержание занятий** |
| --- | --- | --- |
|  | Вводное занятие, первичный инструктаж.  Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала. Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса сначала исполняются в медленном темпе ,затем добавляем темп . Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и не выворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - на целой стопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенствование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные, поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, мостик, разработка подъема, упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо, переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Танцевальная импровизация. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах и больших позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойногen dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины, мостик , разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | .Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец.  Танцевальная импровизация | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.Allegro. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. Танцевальная импровизация. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец.Актерское мастерство. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец.  Гимнастика, растяжки. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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**  **Теория: *На 2 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Дуэтный танец.  Танцевальная импровизация. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжка. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  - импровизация под музыку (предмет, животное)  **-** упражнение « стол (стул) в классе – это:»  **-** упражнение « воображаемый телевизор»  - взять (передать) предмет так, «как будто это …»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро.  Дуэтный танец | **Теория: *На 4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplieиgrandplie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойногors, en dedans  5. arabesqueI (положение рабочей ноги в пол)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения***  **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Актерское мастерство. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  **-** упражнение « стол (стул) в классе – это:»  **-** упражнение « воображаемый телевизор»  - упражнение « скульптор и глина» (работа в паре)  **-** имитация и сочетание различных необычных движений  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Вторичный инструктаж.  Танцевальная импровизация. | **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация по заданию педагога: по нарастанию (голова, руки, корпус, ноги), в партере, по диагонали; импровизация по ощущениям (вода, песок, лабиринт) , по скорости, по амплитуде, по уровню, по траектории, характеру и направленности движения (круг, восьмерка, четкие линии, мягкость) , в определенном настроении или эмоции**;**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | **Теория:*На 4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойногors, en dedans  5. arabesqueI (положение рабочей ноги в пол)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. Танцевальная импровизация. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  - импровизация под музыку (предмет, животное)  **-** упражнение « стол (стул) в классе – это:»  - взять (передать) предмет так, «как будто это …»  - упражнение « скульптор и глина» (работа в паре)  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных движений разучиваются комбинации на 16 или 32 такта., даются задания по импровизации, работе в группах и в парах.  **Практика:**  ***Выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера. | **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро.  Дуэтный танец. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения***  **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно  -характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки.  Танцевальная импровизация. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация по заданию педагога: по нарастанию (голова, руки, корпус, ноги), в партере, по диагонали; импровизация по ощущениям (вода, песок, лабиринт) , по скорости, по амплитуде, по уровню, по траектории, характеру и направленности движения (круг, восьмерка, четкие линии, мягкость) , в определенном настроении или эмоции**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро.  Дуэтный танец. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Танцевальная импровизация. | **Танцевальная импровизация Теория:**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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.  Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения***  **Организационно-массовые мероприятия:**  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 других городах Российской Федерации, в городах ближнего и дальнего Зарубежья.  **Практика:** показательное выступление |
|  | Актерское мастерство. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  **-** упражнение « воображаемый телевизор»  - взять (передать) предмет так, «как будто это …»  - упражнение « скульптор и глина» (работа в паре)  **-** имитация и сочетание различных необычных движений  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. Дуэтный танец. | **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | - **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам: «Россия», «Перелетные»,«Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  - импровизация под музыку (предмет, животное)  **-** упражнение « стол (стул) в классе – это:»  **-** упражнение « воображаемый телевизор»  - взять (передать) предмет так, «как будто это …»  - упражнение « скульптор и глина» (работа в паре)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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, детский сюжетный танец, эстрадный танец. | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам : «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец Танцевальная импровизация | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Дуэтный танец. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. Танцевальная импровизация. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  **-** упражнение « стол (стул) в классе – это…»  **-** упражнение « воображаемый телевизор»  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация по заданию педагога: по нарастанию (голова, руки, корпус, ноги), в партере, по диагонали; импровизация по ощущениям (вода, песок, лабиринт) , по скорости, по амплитуде, по уровню, по траектории, характеру и направленности движения (круг, восьмерка, четкие линии, мягкость) , в определенном настроении или эмоции**;**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Танцевальная импровизация. | **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация в конкретном танцевальном стиле**.**  - Импровизация по заданию педагога: по нарастанию (голова, руки, корпус, ноги), в партере, по диагонали; импровизация по ощущениям (вода, песок, лабиринт) , по скорости, по амплитуде, по уровню, по траектории, характеру и направленности движения (круг, восьмерка, четкие линии, мягкость) , в определенном настроении или эмоции**;**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Прием варьирования танцевальной комбинации (по ритму, по принципу, в пространстве, механически, по ракурсам)**;**  - Построение определенного танцевального рисунка по заданию педагога**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец | **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Дуэтный танец. | **Дуэтный танец**  **Теория:** На 4 году обучения изучаются поддержки двумя руками за талию (правильное положение рук на талии), в малых позах. Вырабатывается навык синхронного продвижения, устойчивость и чувство партнера.  Проучиваются комбинации,этюды.  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Актерское мастерство. Танцевальная импровизация. | **Актерское мастерство**  ***Развитие ассоциативного и образного мышления. Пробуждение в учениках их природных данных. Достижение естественного поведения учащегося на сценической площадке.***  **Теория:**  - упражнение « скульптор и глина» (работа в паре)  **-** имитация и сочетание различных необычных движений  - эмоции в развитии (групповые задания)  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал**.**  - Импровизация по заданию педагога: по нарастанию (голова, руки, корпус, ноги), в партере, по диагонали; импровизация по ощущениям (вода, песок, лабиринт) , по скорости, по амплитуде, по уровню, по траектории, характеру и направленности движения (круг, восьмерка, четкие линии, мягкость) , в определенном настроении или эмоции**;**  - Работа в парах и группах (зеркало; импульсы; игра на определение движения по объяснению его словами; прием секвенции и волны, канон)**;**  - Движения выразительные и изобразительные**;**  - Понятие лейтмотива и образа;  - Задание на сочинение учащимися собственных комбинаций и этюдов  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Народно-характерный танец, экзерсис у станка, этюды. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, аллегро. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения*** |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Современный танец. | **Теория:**  ***На 4 году обучения, должны быть изучены и усвоены следующие понятия и движения:***   * изоляция:   1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения шеей  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  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" * flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом * Twist и спираль. * Contraction, release, high release, arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая). * Свинги -стоя (свинги корпусом, руками, с прыжком) и в партере (боковые, открытые и закрытые * Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа», переходы из уровня в уровень * Упражнения стрэтч – характера в различных положениях * Шаги с трамплинным сгибанием коленей, по квадрату * Прыжки: hop, jump, leap. * Основной ход для продвижения и связок - pardebourre * Движения на середине, основанные на движениях классического танца, в стиле джаз и модерн: plie, battementtendu, battementtendujete, ronddejambparter, battementfondu, developpe и relevelent, grandbattementjete * работа в партере - выпады, перекаты, слайды, падения, кувырки, свинги;   На основе условленных 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. | **Теория:  *Экзерсису у станка на 4 году обучения отводится значительная часть времени-до половины урока. Все упражнения экзерсиса исполняются сначала в медленном темпе,в «чистом» виде,затем добавляем темп. Идет освоение движений и новых элементов и упражнений, предназначенных для выработки силы ног, стопы, развития гибкости и пластичности корпуса, координации и танцевальности, чувства позы. Большое значение придается танцевальным движениям, отражающим многообразие народно-характерного танца. Занятие включает следующие движения:***  1.plie по всем выворотным и невыворотным позициям, мягкое и резкое  2. battementtendu:  - с переходом рабочей ноги с носка на каблук  - с plie,одинарным и двойным ударом в III позицию  3. battementtendujete:  - simple  -с акцентом от себя  - cplie на опорной ноге  4. ronddejambe  5. средний battement или подготовка к flic-flac  6. подготовка к «веревочке»; упражнения для бедра  7. упражнения на выстукивания:  - удары всей стопой, полупальцами,каблуком  8. grandbattementdevеloppe(по всем правилам классического),плавное  9. grand battement jete:  - нацелойстопе  10. подготовка к "голубцу»  11. подготовка к «штопору»  12. перегибы корпуса, releve на п/п  16. присядочные движения:  - полуприсядка с выталкиванием ног на каблуки  - полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук или воздух  - подготовка к присядке (мячик)  - присядка с поочередным выносом ног вперед на каблук и на воздух (ползунок)  - присядка с переменой ног в сторону  17. Основные элементы русского танцы на середине зала - ходы и проходки.Проучиваются движения рук из позиции в позицию, изучаются перегибы, наклоны и завороты корпуса в талии. Затем соединяются движения корпуса с ногами, в последствии добавляя руки. Затем составляются этюды, целью которых является проработка координации рук, ног и корпуса в определенном характере. Сначала используются простые для нас характеры - русский, украинский и белорусский, как наиболее полезные в учебном плане.  **Практика:** выполнить все заданные упражнения |
|  | Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала.  Репетиционная и постановочная работа, эстрадный танец. | **Теория: *На4 году обучения базового(2) уровня уже пройденные движения классического экзерсиса изучаются в развитии, увеличиваются в темпе, усложняются ритмически, составляются в комбинации и переносятся на середину зала. Добавляются новые, более сложные движения классического экзерсиса:***  1. demiplie и grand plie  2. battement tendu  3. battement tendu jete  4. rond de jambe par terre en dehors, en dedans  5. battementfondu  6. положениеногина sur le cou de pied  7. battementfrappe (проучиваем сначала в пол, затем на воздух)  8. battement releve lent и battement developpe на 90 градусов  11. grandbattementtendujete  12. releve  13. IIIportdebras, вчистомвиде  ***На середине зала:***  1. Маленькие и большие позы epaulmentcroisee и effacee  2. II, III portdebras  3. temps lie par terre  4. pas de bourre c переменойног en dehors, en dedans  5. arabesqueI,II,III (положение рабочей ноги на 90)  6. attitudes  7. passé  8. tours : chaines, tours en dehors и en dedans, preparation и tours с 5 поз.  10. allegro: changement de pieds, pas echappe, dubl echappe, pas assemble, pas chasse  **Практика*: выполнить все заданные упражнения***  **Теория:** Постановка новых номеров, отработка комбинаций к номерам «Россия», «Перелетные», «Лето», «Полет над водой», «Счастливого пути», «Под смуглянку», «Финал»  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Гимнастика, растяжки. | **Гимнастика, растяжка**  **Теория: *На 4 году обучения идет совершенстование гибкости и таких физических качеств, как сила и выносливость. Нужно уделить особое внимание растяжке для дальнейшего успешного освоения образовательной программы.***  1. Разогрев (шаги, бег, прыжки на скакалке и без , силовые упражнения, упражнения на кооринацию и подвижность корпуса)  2. Партерный экзерсис , упражнения в партере («складочка» , упражнения на развитие выворотности паха и голеностопа , упражнения для силы ног и стоп, шпагаты(продольные,поперечный), махи ногами, упражнения на пресс и укрепление спины,мостик, разработка подъема,упражнения на равновесие. Акробатические элементы - стойка на руках и локтях , кувырки, колесо,переворот)  3. Упражнения на восстановление дыхания и расслабление  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |
|  | Итоговое занятие. Танцевальная импровизация. | ***Итоговое занятие*** *– открытое занятие для родителей*  **Танцевальная импровизация Теория:**  **-** Импровизация под заданный музыкальный материал  - Понятие лейтмотива и образа  - Сочинение учащимися собственных танцевальных номеров  **Практика:** Выполнить все заданные упражнения |