Приложение

к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе

художественной направленности по хореографии «Адажио»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу «Игры, постановки, упражнения для хореографического движения»**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**По курсу «Игры, постановки, упражнения для хореографического движения».**

*Первый год обучения*

По окончании изучения программы по курсу «Игры, постановки, упражнения для хореографического движения» дети должны:

**Знать:**

- терминологию народно-сценического танца,

- метроритмические раскладки исполнения движения,

- особенности и традиции изучаемых народностей.

**Владеть**:

- культурой исполнения,

- хореографической памятью,

- техникой движения.

**Уметь:**

- передавать в движении сложные ритмические рисунки танцев

- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращения, дроби (для девочек), различные виды присядок, «хлопушек» (для мальчиков).

**Содержание по курсу**

**«Игры, постановки, упражнения для хореографического движения»**

**1.Позиции ног**

Позиции ног на середине зала:

а) пять прямых;

б) пять свободных;

в) две закрытые(1-я закрытая, 2-я закрытая).

**2. Позиции ног. Закрепление**

Позиции ног на середине зала:

а)пять прямых;

б) пять свободных;

в) две закрытые(1-я закрытая, 2-я закрытая)

**3. Позиции рук**

Позиции рук на середине зала:

а) семь позиций;

б) подготовительное положение (1-е и 2-е)

**4. Позиции рук. Закрепление**

Позиции рук на середине зала:

а). семь позиций;

б). подготовительное положение (1-е и 2-е)

**5. Русский поклон на месте без рук и с руками**

Русский поклон на месте без рук и с руками на середине зала

**6.Русский поклон на месте без рук и с руками. Закрепление**

Русский поклон на месте, без рук и с руками на середине зала.

**7.Основные движения и положения рук**

Основные движения и положения рук на середине зала:

а) ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

на груди;

б) обе руки согнуты в локтях и заложены за спину.

**8.Основные движения и положения рук. Закрепление**

Основные движения и положения рук на середине зала:

а) ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

на груди;

б) обе руки согнуты в локтях и заложены за спину.

**9.Положения рук в парах**

Положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»

**10.Положения рук в парах. Закрепление**

Положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»

**11. Раскрывание и закрывание рук**

Раскрывание и закрывание:

а) одной руки;

б) двух рук;

в) поочередное раскрывание;

г) переводы рук в различные положения

**12. Раскрывание и закрывание рук. Закрепление**

Раскрывание и закрывание:

а) одной руки;

б) двух рук;

в) поочередное раскрывание;

г) переводы рук в различные положения

**13.Положения рук в парах**

Положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»

**14.Положения рук в парах. Закрепление**

Положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»

**15. Поклоны**

а) поклоны на месте без рук и с руками;

б) поклон с продвижением вперёд и отходом назад

**16. Поклоны. Закрепление**

а) поклоны на месте без рук и с руками;

б) поклон с продвижением вперёд и отходом назад

**17. Притопы**

Притопы

а) одинарные (с полуприседанием и с подскоком);

б) тройные

**18. Притопы. Закрепление**

Притопы

а) одинарные (с полуприседанием и с подскоком);

б) тройные

**19. Притопы тройные**

а) с приседанием

б) в повороте

**20. Притопы тройные. Закрепление**

а) с открыванием рук во 2 позицию

**21. Шаги**

Шаги:

а) простой (бытовой) вперёд с носка, с каблука;

б) с притопом и продвижением вперёд;

в) с притопом и продвижением назад

**22. Шаги. Закрепление**

Шаги:

а) простой (бытовой) вперёд с носка, с каблука;

б) с притопом и продвижением вперёд;

в) с притопом и продвижением назад

**23. Положения рук в круге**

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»

**24. Положения рук в круге. Закрепление**

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»

**25. Движения рук**

Движения рук:

а) раскрытия и закрытия рук,

б) движение рук с платком,

г) хлопки в ладоши

**26. Движения рук. Закрепление**

Движения рук:

а) раскрытия и закрытия рук,

б) движение рук с платком,

г) хлопки в ладоши

**27. Русские ходы**

Русские ходы:

а) простой вперед с каблука, с носка;

б) назад через полупальцы на всю стопу;

в) с притопом с продвижением вперед и назад;

г)тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый всей стопой в пол;

д) боковой шаг на всей стопе, на полупальцах

**28. Русские ходы. Закрепление**

Русские ходы:

а) простой вперед с каблука, с носка;

б) назад через полупальцы на всю стопу;

в) с притопом и с продвижением вперед и назад;

г) тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый всей стопой в пол;

д) боковой шаг на всей стопе, на полупальцах

**29. «Гармошка»**

а) в повороте

б) по точкам

в) с выносом ноги накрест

**30. «Гармошка». Закрепление**

а) в повороте

б) с выносом ноги в сторону

**31.«Елочка»**

а) в повороте

б) с притопами

**32.«Елочка». Закрепление**

а) с demi plie

б) с приседанием

**33. «Ковырялочка» с притопом**

а) с притопами

б) в повороте

**34. «Ковырялочка» с притопом. Закрепление**

а) в сторону

б) на месте

**35. Притопы**

Притопы:

а) одинарные;

б) тройные, двойные;

в) тройные притопы

**36. Притопы. Закрепление**

Притопы:

а) одинарные;

б) тройные, двойные;

в) тройные притопы

**37. Припадание**

«Припадание» по 1 прямой позиции (вперед, назад, вокруг себя)

**38. Припадание. Закрепление**

«Припадание» по 1 прямой позиции (вперед, назад, вокруг себя).

**39. Хлопки и хлопушки**

Хлопки и хлопушки (одинарные, двойные, скользящие и фиксирущие удары):

а) в ладоши;

б) по бедру;

в) по голенищу сапога

**40. Присядки**

Присядки:

а) подготовка к присядке по прямой и свободной позиции;

б) с выносом ноги на каблук;

в) с выбрасыванием ноги на каблук, на воздух вперед и в сторону по 1 прямой и открытой позициям;

г) с продвижением в сторону

**41. Подготовка к вращениям на середине зала**

Подготовка к вращениям на середине зала:

а) полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve и plie-каблучки;

б) припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов;

в) подскоки по той же схеме

**42. Мелкий бег**

Начинаем мелкий бег, поднимаемся на низкие полу пальцы. В отдельных случаях первый шаг удлиняется.

**43. Лёгкий бег**

Исполняется, как мелкий, но откидывая ноги назад и немного сгибая колени.

**44. Бег рысцой**

Исполнитель высоко поднимает вперёд согнутые в коленях ноги.

**45. Шаг с переступанием**

Этот шаг исполняется в различном ритмическом рисунке. Акцентированные шаги исполняются с хлопками в ладоши.

**46. Шаг в сторону – акцентированный или лёгкий без удара**

Шаги 3 видов: низкие, когда согнутую в колене ногу поднимают до щиколотки опорной ноги; средние - на уровне голени опорной ноги; высокие - на уровне колена опорной ноги.

**47. Скользящий боковой шаг**

а) по точкам

б) с прыжком

**48. Прыжки**

Лёгкие и пружинистые, медленные и быстрые прыжки на 2 ногах ( по 2-й, 4-й, 6-й или скрещенной позиции). Прыгают на вытянутых, а также согнутых или откинутых слегка назад ногах.

**49. Подскоки**

а) на месте

б) в продвижении

**50. Шаг с подскоком**

а) в продвижении

б) на месте

**51. Шаг с приставкой и подскоком**

а) с открыванием рук

б) в повороте

**52. Скользящий шаг с подскоком**

а) с приседанием

б) в повороте

**53. Подскоки – шаг на каблук и носок**

а) с остановкой и паузой

**54. Мелкий бег с подскоком**

а) с выпадами в сторону

**55. Шаг польки:**

а) с подскоком на одной ноге;

б) с подскоком на обеих ногах

**56. Тройной шаг**

а) с открыванием рук

**57. Боковые перескоки с ноги на ногу**

а) по 3-й свободной позиции с продвижением в сторону

**58. Припадание**

а) по 3-й свободной позиции

**59. «Моталочка»**

а) на середине

**60. «Молоточки»**

а) на середине

**61. «Ключ» простой:**

а) на переступаниях;

б) на подскоках

**62. «Трилистник»**

а) с притопами;

б) с переступаниями

**63. «Ковырялочка» на подскоках**

а) с двойным притопом;

б) с тройным притопом

**64. Промежуточная аттестация. Танец «Хорошее настроение»**

Показать уровень освоения детьми пройденного хореографического материала, представление танца «Хорошее настроение», где заняты все дети группы.

**Календарно-тематический планирование по курсу**

**«Игры, постановки, упражнения для хореографического движения»**

*Первый год обучения*

**Количество часов: 64**

**Всего - 64**

**В неделю - 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата проведения** | | **Примечание** |
|  |  |  | **По плану** | **По факту** |  |
|  | **Позиции ног** |  | 02.10 |  |  |
|  | **Позиции ног. Закрепление** |  | 04.10 |  |  |
|  | **Позиции рук** |  | 09.10 |  |  |
|  | **Позиции рук. Закрепление** |  | 11.10 |  |  |
|  | **Русский поклон на месте без рук и с руками** |  | 16.10 |  |  |
|  | **Русский поклон на месте без рук и с руками. Закрепление** |  | 18.10 |  |  |
|  | **Основные движения и положения рук** |  | 23.10 |  |  |
|  | **Основные движения и положения рук. Закрепление** |  | 25.10 |  |  |
|  | **Положения рук в парах** |  | 30.10 |  |  |
|  | **Положения рук в парах. Закрепление** |  | 01.11 |  |  |
|  | **Раскрывание и закрывание рук** |  | 06.11 |  |  |
|  | **Раскрывание и закрывание рук. Закрепление** |  | 08.11 |  |  |
|  | **Положения рук в парах** |  | 13.11 |  |  |
|  | **Положения рук в парах. Закрепление** |  | 15.11 |  |  |
|  | **Поклоны** |  | 20.11 |  |  |
|  | **Поклоны. Закрепление** |  | 22.11 |  |  |
|  | **Притопы** |  | 27.11 |  |  |
|  | **Притопы. Закрепление** |  | 29.11 |  |  |
|  | **Притопы тройные** |  | 04.12 |  |  |
|  | **Притопы тройные. Закрепление** |  | 06.12 |  |  |
|  | **Шаги** |  | 11.12 |  |  |
|  | **Шаги. Закрепление** |  | 13.12 |  |  |
|  | **Положения рук в круге** |  | 18.12 |  |  |
|  | **Положения рук в круге. Закрепление** |  | 20.12 |  |  |
|  | **Движения рук** |  | 25.12 |  |  |
|  | **Движения рук. Закрепление** |  | 27.12 |  |  |
|  | **Русские ходы** |  | 15.01 |  |  |
|  | **Русские ходы. Закрепление** |  | 17.01 |  |  |
|  | **«Гармошка»** |  | 22.01 |  |  |
|  | **«Гармошка». Закрепление** |  | 24.01 |  |  |
|  | **«Елочка»** |  | 29.01 |  |  |
|  | **«Елочка». Закрепление** |  | 31.01 |  |  |
|  | **«Ковырялочка» с притопом** |  | 05.02 |  |  |
|  | **«Ковырялочка» с притопом. Закрепление** |  | 07.02 |  |  |
|  | **Притопы** |  | 12.02 |  |  |
|  | **Притопы. Закрепление** |  | 14.02 |  |  |
|  | **Припадание** |  | 19.02 |  |  |
|  | **Припадание. Закрепление** |  | 21.02 |  |  |
|  | **Хлопки и хлопушки** |  | 26.02 |  |  |
|  | **Присядки** |  | 28.02 |  |  |
|  | **Подготовка к вращениям на середине зала** |  | 04.03 |  |  |
|  | **Мелкий бег** |  | 06.03 |  |  |
|  | **Лёгкий бег** |  | 11.03 |  |  |
|  | **Бег рысцой** |  | 13.03 |  |  |
|  | **Шаг с переступанием** |  | 18.03 |  |  |
|  | **Шаг в сторону – акцентированный или лёгкий без удара** |  | 20.03 |  |  |
|  | **Скользящий боковой шаг** |  | 25.03 |  |  |
|  | **Прыжки** |  | 27.03 |  |  |
|  | **Подскоки** |  | 01.04 |  |  |
|  | **Шаг с подскоком** |  | 03.04 |  |  |
|  | **Шаг с приставкой и подскоком** |  | 08.04 |  |  |
|  | **Скользящий шаг с подскоком** |  | 10.04 |  |  |
|  | **Подскоки – шаг на каблук и носок** |  | 15.04 |  |  |
|  | **Мелкий бег с подскоком** |  | 17.04 |  |  |
|  | **Шаг польки** |  | 22.04 |  |  |
|  | **Тройной шаг** |  | 24.04 |  |  |
|  | **Боковые перескоки с ноги на ногу** |  | 29.04 |  |  |
|  | **Припадание** |  | 06.05 |  |  |
|  | **«Моталочка»** |  | 08.05 |  |  |
|  | **«Молоточки»** |  | 13.05 |  |  |
|  | **«Ключ» простой** |  | 15.05 |  |  |
|  | **«Трилистник»** |  | 20.05 |  |  |
|  | **«Ковырялочка» на подскоках** |  | 22.05 |  |  |
|  | **Промежуточная аттестация. Танец «Хорошее настроение»** |  | 27.05 |  |  |