Приложение

к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе

художественной направленности по хореографии «Адажио»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу «Основа танца – залог успеха»**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**По курсу «Основа танца – залог успеха»**

*Второй год обучения*

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

 **Знать:**

- название движений (французская терминология), их перевод и значение,

- образно-народные названия движений русского народного танца

**Владеть**:

- постановкой корпуса, рук, ног, головы,

 - навыками координации движений

**Уметь:**

- передавать в движении характерные особенности русского народного танца, танцев народов мира

 - исполнять движения и танцевальные комбинации в характере русского   народного танца,

**Содержание по курсу**

**«Основа танца – залог успеха»**

**1.Пять открытых позиций – аналогичны позициям классического танца**

а) первая

б) вторая

в) третья

г) четвертая

д) пятая

**2.Подготовка к началу движения (preparation)**

а) Перед началом движения руки открываются через 1 позицию во вторую и в третью позиции

**3. Переводы ног из позиции в позицию**

а) Скольжением стопы по полу;

б) Поворотом стоп

**4.Полуприседания (demi-plie)**

а) с открыванием рук во вторую позицию

б) с открыванием рук в третью позицию

**5. Упражнение для развития подвижности стопы**

Упражнение для развития подвижности стопы (battements tendu):

а) с переводом работающей ноги с носка на каблук вперед, в сторону, назад из V- ой позиции;

**6. Маленькие броски**

 а) броски с акцентом от себя;

 б) маленькие броски с акцентом от себя с plie на опорной ноге в момент броска

**7.Подготовка к «верёвочке» на целой стопе, верёвочка**

а) в повороте

б) на месте

**8.** Учебная комбинация на основе материала русского лирического танца «Смоленский гусачок»:

а) port de bras,

б) припадание

**9. Дробные выстукивания**

Дробные выстукивания в характере русского народного танца «Смоленский гусачок»:

 а) дробные выстукивания всей стопой;

 б) в сочетании двух ритмов (8-х и 16-х)

**10. Раскрывание ноги**

Раскрывание ноги на 90 градусов (battements developpe); плавное (вперёд, в сторону, назад).

**11. Большие броски**

Большие броски (grand battements jete) на целой стопе вперед, в сторону и назад

**12. Releve на полупальцах**

Releve на полупальцах по всем позициям:

а) по шестой

б) по первой

в) по второй

г) по четвертой

д) по пятой

**13. Перегибы корпуса**

 Перегибы корпуса назад по всем выворотным и невыворотным позициям ног на целой стопе.

**14. Переменный шаг.**

а) с притопом и продвижением вперед и назад;

б) с фиксацией одной ноги около икроножной мышцы другой и продвижением вперед и назад.

**15. «Веревочка»**

«Веревочка»:

 а) простая на всей стопе;

 б) двойная на всей стопе;

 в) с переступанием

**16. «Ключ»**

«Ключ»:

 а) с одновременным раскрыванием рук;

 б) с двойной дробью

**17. Боковые перескоки (переборы)**

 Боковые перескоки (переборы):

 а) с ударами полупальцами в пол;

 б) с ударами каблука впереди стоящей ноги

**18. Двойная дробь**

Двойная дробь:

 а) на месте;

 б) с продвижением вперёд

**19. Бег с захлестом**

а) в повороте

**20. Прыжки с поджатыми ногами**

а) в повороте на 90 градусов

**21. Положение рук белорусского народного танца «Лявониха»,**

а) изучение основного хода танца «Лявониха»

**22. Комбинация «Порушка-Пораня»**

а) переменный ход на полупальцах

б) с «поджаткой»

в) переменный ход  с молоточком

**23. Вращение на середине**

а) обертас

**24. Одинарный зигзаг на прямых ногах**

а) одинарный зигзаг

б) с полуприседанием

**25. Круговые движения по полу носком**

а) основной вид, с полуприседанием

б) с поворотом пятки опорной ноги

в) круговые движения стопой. «Восьмёрка» с полуприседаниями на опорной ноге

**26. Притопы**

а) простой

б) двойной

в) тройной

**27. Дробь с паузой шеститактовая**

а) с открыванием рук

б) в повороте

**28. «Веревочка» с переступаниями**

а) в паре

б) по линиям

**29. Присядка с выносом ноги вперед на носок (для мальчиков)**

а) на середине

б) по диагонали

**30. Положения ног, характерные для итальянского сценического танца**

**«Тарантелла» ( муз. размер 2/4).**

а) третья позиция

**31.Положения рук в танце**

а) третья позиция

б) с тамбурином

**32. Движения рук с тамбурином:**

а) удары пальцами и тыльной стороной ладони;

б) мелкие непрерывные движения кистью «трель»

**33. Скольжение на носок**

Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).

**34. Шаг с ударом носком по полу**

Шаг с ударом носком по полу (pigue) с подскоком на опорной ноге, на месте и с продвижением назад.

**35. Бег тарантеллы**

Бег тарантеллы (passe emboites) на месте и с продвижением вперед.

**36. Шаг с подскоком**

 Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.

**37. Перескоки**

Перескоки с ноги на ногу.

**38. Подскоки**

 Подскоки в полуприседании на полу пальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.

**39. Соскок**

Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой на крест другой.

**40.Упражнение для стопы**

**Упражнение** для развития подвижности стопы вперед, в сторону и назад (battements tendu):

 а) с полуприседанием в момент перевода с носка на ребро каблука;

 б) с ударом в момент возвращения в исходную позицию

**41. Маленькие броски**

 Маленькие броски с акцентом от себя.

 а) с одним ударом стопой по пятой открытой позиции;

 б) с двойным ударом стопой по пятой открытой позиции

**42. Подготовка к «чечётке»**

Подготовка к «чечётке» (flic-flac), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе.

**43. Выстукивающие движения**

Выстукивающие движения в русском характере:

а) с переносом рабочей ноги выворотно в открытой позиции;

б) с поворотом стопы из открытой в закрытую позицию, (из выворотной позиции в невыворотную).

в) в сочетании с двойным ударом об пол одной ногой

**44. Круг ногой по полу**

Круг ногой по полу (rond de jambe parterre) носком рабочей ноги по полу с остановкой в сторону или назад.

**45. Движения рук с платком**

 Движения рук с платком элементы русского танца

**46. Шаркающий шаг**

 Шаркающий шаг русского танца

 а) каблуком по полу;

 б) полупальцами по полу

**47. Переменный шаг**

Переменный шаг русского танца

 а) с притопом и продвижением вперед и назад;

 б) с фиксацией одной ноги около икроножной мышцы другой и продвижением вперед и назад

**48. «Верёвочка»**

«Верёвочка» с выносом ноги на каблук вперед и в сторону (простая и двойная).

**49. Выбрасывание ноги**

Поочерёдное выбрасывание ноги перед собой крест-на-крест на носок или ребро каблука на месте и с отходом назад.

**50. Припадание**

Припадание в повороте на 90 градусов

**51. Дробная дорожка**

Дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед

**52. Сложный «ключ»**

а) с открыванием рук

**53. Прыжки**

 Прыжки с поджатыми ногами в повороте на 180 градусов.

**54. Упражнения для мальчиков**

Упражнения для мальчиков:

 а) присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух;

 б) фиксирующие и скользящие удары по груди, по полу;

 в) поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади

**55. Позиции и положения ног**

Позиции и положения ног украинского народного танца (муз. размер 2/4, 4/4).

**56. Позиции и положения рук**

 Позиции и положения рук украинского народного танца (муз. размер 2/4, 4/4)

**57. Положение рук в парном танце**

Положение рук в парном танце украинского народного танца (муз. размер 2/4, 4/4)

**58. Положение рук в парном танце. Закрепление**

Положение рук в парном танце украинского народного танца (муз. размер 2/4, 4/4)

**59. Женский ход**

 Медленный женский ход вперёд с остановкой на третьем шаге

**60. Женский ход. Закрепление**

 Медленный женский ход вперёд с остановкой на третьем шаге

**61. Ход назад с остановкой**

Знакомство с ходом назад с остановкой

**62. «Дорожка» (припадание)**

а) с продвижением в сторону

б) с поворотом

**63. Движения для мальчиков**

Движения для мальчиков:

 а) высокий прыжок, поджимая ноги вперёд;

 б) высокий прыжок, поджимая ноги назад;

 в) «разножка» в сторону на ребро каблука

**64.Промежуточная аттестация. Танец «Смоленский гусачок»**

Показать уровень освоения детьми пройденного хореографического материала, представление танца «Смоленский гусачок», где заняты все дети группы

 **Календарно-тематический планирование по курсу**

 **«Основа танца – залог успеха»**

*Второй год обучения*

**Количество часов: 64**

**Всего - 64**

**В неделю - 2**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата проведения** | **Примечание** |
|  |  |  | **По плану** | **По факту** |  |
|  | **Пять открытых позиций – аналогичны позициям классического танца** |  | 02.10 |  |  |
|  | **Подготовка к началу движения (preparation)** |  | 04.10 |  |  |
|  | **Переводы ног из позиции в позицию** |  | 09.10 |  |  |
|  | **Полуприседания (demi-plie)** |  | 11.10 |  |  |
|  | **Упражнение для развития подвижности стопы** |  | 16.10 |  |  |
|  | **Маленькие броски** |  | 18.10 |  |  |
|  | **Подготовка к «верёвочке» на целой стопе, верёвочка** |  | 23.10 |  |  |
|  | **Учебная комбинация на основе материала русского лирического танца «Смоленский гусачок»**  |  | 25.10 |  |  |
|  | **Дробные выстукивания** |  | 30.10 |  |  |
|  | **Раскрывание ноги** |  | 01.11 |  |  |
|  | **Большие броски** |  | 06.11 |  |  |
|  | **Releve на полупальцах**  |  | 08.11 |  |  |
|  | **Перегибы корпуса** |  | 13.11 |  |  |
|  | **Переменный шаг.** |  | 15.11 |  |  |
|  | **«Веревочка»** |  | 20.11 |  |  |
|  | **«Ключ»** |  | 22.11 |  |  |
|  | **Боковые перескоки (переборы)** |  | 27.11 |  |  |
|  | **Двойная дробь** |  | 29.11 |  |  |
|  | **Бег с захлестом** |  | 04.12 |  |  |
|  | **Прыжки с поджатыми ногами** |  | 06.12 |  |  |
|  | **Положение рук белорусского народного танца «Лявониха»** |  | 11.12 |  |  |
|  | **Комбинация «Порушка-Пораня»** |  | 13.12 |  |  |
|  | **Вращение на середине**  |  | 18.12 |  |  |
|  | **Одинарный зигзаг на прямых ногах** |  | 20.12 |  |  |
|  | **Круговые движения по полу носком**  |  | 25.12 |  |  |
|  | **Притопы** |  | 27.12 |  |  |
|  | **Дробь с паузой шеститактовая** |  | 15.01 |  |  |
|  | **«Веревочка» с переступаниями** |  | 17.01 |  |  |
|  | **Присядка с выносом ноги вперед на носок (для мальчиков)** |  | 22.01 |  |  |
|  | **Положения ног, характерные для итальянского сценического танца** **«Тарантелла»** |  | 24.01 |  |  |
|  | **Положения рук в танце**  |  | 29.01 |  |  |
|  | **Движения рук с тамбурином** |  | 31.01 |  |  |
|  | **Скольжение на носок** |  | 05.02 |  |  |
|  | **Шаг с ударом носком по полу** |  | 07.02 |  |  |
|  | **Бег тарантеллы** |  | 12.02 |  |  |
|  | **Шаг с подскоком** |  | 14.02 |  |  |
|  | **Перескоки** |  | 19.02 |  |  |
|  | **Подскоки**  |  | 21.02 |  |  |
|  | **Соскок**  |  | 26.02 |  |  |
|  | **Упражнение для стопы** |  | 28.02 |  |  |
|  | **Маленькие броски** |  | 04.03 |  |  |
|  | **Подготовка к «чечётке»** |  | 06.03 |  |  |
|  | **Выстукивающие движения** |  | 11.03 |  |  |
|  | **Круг ногой по полу** |  | 13.03 |  |  |
|  | **Движения рук с платком** |  | 18.03 |  |  |
|  | **Шаркающий шаг** |  | 20.03 |  |  |
|  | **Переменный шаг** |  | 25.03 |  |  |
|  | **«Верёвочка»** |  | 27.03 |  |  |
|  | **Выбрасывание ноги** |  | 01.04 |  |  |
|  | **Припадание** |  | 03.04 |  |  |
|  | **Дробная дорожка** |  | 08.04 |  |  |
|  | **Сложный «ключ»** |  | 10.04 |  |  |
|  | **Прыжки. Трамплинные, поджатые** |  | 15.04 |  |  |
|  | **Упражнения для мальчиков** |  | 17.04 |  |  |
|  | **Позиции и положения ног** |  | 22.04 |  |  |
|  | **Позиции и положения рук** |  | 24.04 |  |  |
|  | **Положение рук в парном танце** |  | 29.04 |  |  |
|  | **Положение рук в парном танце. Закрепление** |  | 06.05 |  |  |
|  | **Женский ход** |  | 08.05 |  |  |
|  | **Женский ход. Закрепление** |  | 13.05 |  |  |
|  | **Ход назад с остановкой** |  | 15.05 |  |  |
|  | **«Дорожка» (припадание)**  |  | 20.05 |  |  |
|  |  **Движения для мальчиков** |  | 22.05 |  |  |
|  | **Промежуточная аттестация. Танец «Смоленский гусачок»** |  | 27.05 |  |  |