ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБУ ДО
«РДЮЦ»
С.А. Мустафинова
Приказ № 5 от
«12 » 01 2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2020 – 2021 учебный год

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивная направленности
«Танцуем вместе»

Год обучения: первый
Возраст обучающихся: 5 – 18 лет.
Кол- во группы: 4

Автор- составитель:
Мусаева Римма Русланбековна

педагог дополнительного образования

г. Грозный, 2021г.

Составитель(ли) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцуем вместе»: Мусаева Р.Р. Асуханова Х.Б.

Ф.И.О. педагога(ов), реализующего (их) дополнительную общеобразовательную программу: Мусаева Р.Р.

Председатель Методического совета _____

_____

(подпись)

Пояснительная записка

1	**Направленность** общеобразовательной общеразвивающей программы	Физкультурно-спортивная
2	**Вид** общеобразовательной общеразвивающей программы	Модифицированная
3	**Уровень** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Стартовый
4	**Цель** общеобразовательной общеразвивающей программы	Обучить детей основам танцевального спорта и хореографии. Сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений.
5	**Задачи** общеобразовательной общеразвивающей программы	**1 Обучающие:** -научить правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку; -выработать пластику; -научить позиции ног и рук классического танца. **2.Развивающие:** -развить исполнительские качества учащихся; - развить физические данные, укрепить здоровье; - развить умение общаться с педагогом, друг с другом; - чувствовать характер марша (спортивного, строевого) и уметь передать его в шаге; - распознать характер музыки, уметь исполнить движения, ходы, элементы национального танца, народного танца, спортивного танца. **3.Воспитательные:** -воспитать трудолюбие, целеустремленность, ответственность; - воспитать дружелюбие, чувство коллективизма;

		- воспитать культуру поведения и общения; - осознавать роль спорта в хореографии в жизни людей; - эмоционально прочувствовать каждый танец.
6	**Режим занятий** в текущем учебном году	Режим занятий учитывает санитарно-эпидемиологические требования: для обучающихся проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, (занятия 45 минут, перерыв - 10минут)
7	**Формы занятий**	В процессе реализации программы используются фронтальная и групповая формы занятий
8	**Планируемые результаты** и способы их оценки	**Будут знать:** - как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку; - приобрести пластику; - позиции ног и рук классического танца. **Будут уметь:** - чувствовать характер марша (спортивного, строевого) и уметь передать его в шаге; - распознать характер музыки, уметь исполнить движения, ходы, элементы национального танца, народного танца, спортивного танца; - грамотные исполнительские качества; - общаться с педагогом, друг с другом. **Личностные результаты освоения программы:** - осознавать роль спорта в хореографии в жизни людей; - эмоционально прочувствовать каждый танец; - понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать; - культура поведения и общения.

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Танцуем вместе»
на 2020 – 2021учебный год

1 и 2 группа

N п/п	*Месяц*	*Число*	*Время проведения занятия*	*Форма занятия*	*Кол-во часов*	*Тема занятия*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	Январь	12	9:45-11:25	Фронтальная	2	Национальный костюм	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концертах,
2.	Январь	14	9:45-11:25	Групповая	2	Дагестанский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа
3.	Январь	19	9:45-11:25	Фронтальная	2	Аджарский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
4.	Январь	21	9:45-11:25	Фронтальная	2	Музыкальные инструменты чеченского оркестра	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
5.	Январь	26	9:45-11:25	Фронтальная	2	Осетинский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концертах
6.	Январь	28	9:45-11:25	Фронтальная	2	Хореографическая сюита	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа;

7.	Февраль	2	9:45-11:25	Групповая	2	Абхазский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
8.	Февраль	4	9:45-11:25	Фронтальная	2	Что такое ЛПТ?	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
9.	Февраль	9	9:45-11:25	Фронтальная	2	Лечебно-профилактический танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа
10.	Февраль	11	9:45-11:25	Фронтальная	2	Напряжение мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
11.	Февраль	16	9:45-11:25	Фронтальная	2	Расслабление мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
12.	Февраль	18	9:45-11:25	Фронтальная	2	Подъем стопы	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
13.	Февраль	23	9:45-11:25	Фронтальная	2	Импровизация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
14.	Февраль	25	9:45-11:25	Фронтальная	2	Актерское мастерство	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы

15.	Март	1	9:45-11:25	Фронтальная	2	Структурная танцевальная импровизация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
16.	Март	4	9:45-11:25	Фронтальная	2	Организация группы по импровизации	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
17.	Март	8	9:45-11:25	Фронтальная	2	Активные и пассивные роли	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
18.	Март	11	9:45-11:25	Фронтальная	2	Парные этюды	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
19.	Март	15	9:45-11:25	Фронтальная	2	Хореографический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
20.	Март	18	9:45-11:25	Фронтальная	2	Сценический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
21.	Март	22	9:45-11:25	Фронтальная	2	Знакомство исполнителя с номером	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
22.	Март	25	9:45-11:25	Фронтальная	2	Распределение ролей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение

23.	Март	29	9:45-11:25	Фронтальная	2	Разучивание движений	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
24.	Апрель	1	9:45-11:25	Фронтальная	2	Разводка номера	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
25.	Апрель	6	9:45-11:25	Фронтальная	2	Рабочая репетиция на сцене	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
26.	Апрель	8	9:45-11:25	Фронтальная	2	Генеральная репетиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
27.	Апрель	13	9:45-11:25	Фронтальная	2	Историко-бытовой танец «Менуэт»	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
28.	Апрель	15	9:45-11:25	Фронтальная	2	Рисунок танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
29.	Апрель	20	9:45-11:25	Фронтальная	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
30.	Апрель	22	9:45-11:25	Групповая	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение

31.	Апрель	27	9:45-11:25	Фронтальная	2	Постановка танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
32.	Апрель	29	9:45-11:25	Фронтальная	2	Повторение изученного	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
33.	Май	4	9:45-11:25	Фронтальная	2	Танец «Прачек 1 ЧАСТЬ материала	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
34.	Май	6	9:45-11:25	Фронтальная	2	Танец «Прачек» 2 ЧАСТЬ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения;
35.	Май	11	9:45-11:25	Фронтальная	2	Экспозиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
36.	Май	13	9:45-11:25	Фронтальная	2	Завязка действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
37.	Май	18	9:45-11:25	Фронтальная	2	Развитие действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
38.	Май	20	9:45-11:25	Фронтальная	2	Кульминация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения

39.	Май	25	9:45-11:25	Фронтальная	2	Развязка действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
40.	Май	27	9:45-11:25	Групповая	2	Открытое занятие для родителей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концертах, конкурсах, мероприятиях;

3 группа

N п/п	*Месяц*	*Число*	*Время проведения занятия*	*Форма занятия*	*Кол-во часов*	*Тема занятия*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	Январь	11	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Национальный костюм	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концертах,
2.	Январь	14	13:30 – 15:10	Групповая	2	Дагестанский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа
3.	Январь	18	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Аджарский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
4.	Январь	21	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Музыкальные инструменты чеченского оркестра	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение

5.	Январь	25	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Осетинский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концерта х
6.	Январь	28	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Хореографич еская сюита	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа;
7.	Февраль	1	14:00 – 15:30	Групповая	2	Абхазский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагоги ческое наблюде ние
8.	Февраль	4	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Что такое ЛПТ?	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагоги ческое наблюде ние
9.	Февраль	8	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Лечебно-профилактиче ский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа
10.	Февраль	11	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Напряжение мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контроль ные упражне ния
11.	Февраль	15	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Расслабление мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контроль ные упражне ния
12.	Февраль	18	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Подъем стопы	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
13.	Февраль	22	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Импровизаци я	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагоги ческое наблюде ние
14.	Февраль	25	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Актерское мастерство	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в

								форме беседы
15.	Март	1	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Структурная танцевальная импровизация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
16.	Март	4	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Организация группы по импровизации	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
17.	Март	11	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Активные и пассивные роли	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
18.	Март	15	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Парные этюды	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
19.	Март	18	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Хореографический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
20.	Март	22	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Сценический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
21.	Март	25	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Знакомство исполнителя с номером	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
22.	Март	29	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Распределение ролей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
23.	Апрель	1	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Разучивание движений	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение

24.	Апрель	5	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Разводка номера	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
25.	Апрель	8	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Рабочая репетиция на сцене	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
26.	Апрель	12	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Генеральная репетиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
27.	Апрель	15	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Историко-бытовой танец «Менуэт»	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
28.	Апрель	19	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Рисунок танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
29.	Апрель	22	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
30.	Апрель	26	14:00 – 15:30	Групповая	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
31.	Апрель	29	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Постановка танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
32.	Май	6	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Повторение изученного	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения

33.	Май	13	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Танец «Прачек 1 ЧАСТЬ материала	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контроль ные упражне ния
34.	Май	17	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Танец «Прачек» 2 ЧАСТЬ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контроль ные упражне ния;
35.	Май	20	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Экспозиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контроль ные упражне ния
36.	Май	24	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Завязка действия Развитие действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагоги ческое наблюде ние
37.	Май	27	13:30 – 15:10	Фронтальная	2	Кульминация Развязка действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагоги ческое наблюде ние
38.	Май	31	14:00 – 15:30	Фронтальная	2	Открытое занятие для родителей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концерта х, конкурса х, мероприя тиях;

4 группа

N п/п	*Месяц*	*Число*	*Время проведения занятия*	*Форма занятия*	*Кол-во часов*	*Тема занятия*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	Январь	12	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Ходы по кругу	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в

								концерта х
2.	Январь	15	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Национальный костюм	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концерта х,
3.	Январь	19	13:20 – 14:50	Групповая	2	Дагестанский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа
4.	Январь	22	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Аджарский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
5.	Январь	26	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Музыкальные инструменты чеченского оркестра	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
6.	Январь	29	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Осетинский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в концерта х
7.	Февраль	2	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Хореографическая сюита	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа;
8.	Февраль	5	13:50 – 15:30	Групповая	2	Абхазский танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
9.	Февраль	9	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Что такое ЛПТ?	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
10.	Февраль	12	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Лечебно-профилактический танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	беседа

11.	Февраль	16	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Напряжение мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
12.	Февраль	19	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Расслабление мышц	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
13.	Февраль	23	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Подъем стопы	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
14.	Февраль	26	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Импровизация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
15.	Март	2	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Актерское мастерство	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
16.	Март	5	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Структурная танцевальная импровизация	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
17.	Март	9	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Организация группы по импровизации	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
18.	Март	12	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Активные и пассивные роли	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
19.	Март	16	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Парные этюды	ГБУ ДО «РДЮЦ»	устный опрос в форме беседы
20.	Март	19	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Хореографический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое

								наблюдение
21.	Март	23	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Сценический образ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
22.	Март	26	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Знакомство исполнителя с номером	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
23.	Март	30	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Распределение ролей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
24.	Апрель	2	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Разучивание движений	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
25.	Апрель	6	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Разводка номера	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
26.	Апрель	9	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Рабочая репетиция на сцене	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
27.	Апрель	13	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Генеральная репетиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
28.	Апрель	16	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Историко-бытовой танец «Менуэт»	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
29.	Апрель	20	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Рисунок танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение

30.	Апрель	23	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
31.	Апрель	27	13:50 – 15:30	Групповая	2	Сюжетный танец	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
32.	Апрель	30	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Постановка танца	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
33.	Май	4	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Повторение изученного	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
34.	Май	7	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Танец «Прачек 1 ЧАСТЬ материала	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
35.	Май	11	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Танец «Прачек» 2 ЧАСТЬ	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения;
36.	Май	14	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Экспозиция	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
37.	Май	18	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Завязка действия Развитие действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	Педагогическое наблюдение
38.	Май	21	13:20 – 14:50	Фронтальная	2	Кульминация Развязка действия	ГБУ ДО «РДЮЦ»	контрольные упражнения
39.	Май	25	13:50 – 15:30	Фронтальная	2	Открытое занятие для родителей	ГБУ ДО «РДЮЦ»	анализ участия детей в

								концертах, конкурсах, мероприятиях;

Содержание программы

Элементы национального танца.

Тема 1. Понятие национальный танец.

Теория. Различие «Ловзарг» от «Синкъерам»

Тема 2. Позиции рук и ног в национальном танце.

Практика. Позиции ног – шесть позиций ног. Позиции рук – три позиции рук.

Тема 3. Разминка у станка.

Практика. Полуприседания и полные приседания в армянском характере, подъем на полупальцы и переступания в повороте, тройные переступания, круг ногой по полу, упражнение для округления пальцев.

Тема 4. Ходы по кругу.

Практика. Ход на полупальцах, чеченский ход, ингушский ход, фольклорный ход, аджарский ход, дагестанский ход, армянский ход.

Тема 5. Национальный костюм.

Теория. Элементы национального женского костюма. Элементы национального мужского костюма.

Тема 6. Дагестанский танец.

Практика. Элементы дагестанского танца. Ковырялка прямая, боковая, воздушная. Положении рук в дагестанском танце.

Тема 7. Аджарский танец.

Практика. Элементы аджарского танца. Разучивание этюдной части.

Тема 8. Музыкальные инструменты чеченского оркестра.

Теория. Шедак – свирель, дудук – двойная свирель, жирх – бубен, зурма – труба, кехат-пондар – гармонь, дечиг-пондар – струнно-смычковый инструмент, доуль – вотт.

Тема 9. Осетинский танец.

Практика. Ходы по кругу – хонга-кафт, зинга-кафт, основной осетинский ход. Положение рук в осетинском танце.

Тема 10. Хореографическая сюита.

Практика. Хореографическая композиция состоящая из нескольких самостоятельных частей. Моно-характерная и разнохарактерная сюита.

Тема 11. Абхазский танец.1

Практика. Элементы абхазского танца.

Тема12. Абхазский танец.2

Практика. Разучивание этюдной части, связка движений под музыку

Лечебно-профилактический танец

Тема 1.Что такое ЛПТ?

*Теория.*Лечебно-профилактический танец – это новая нестандартная методика оздоровления, разработанная Ж.Е.Фирилевой и Е.Г.Сайкиной. В танцах используются музыкально-ритмические (физические и танцевальные) упражнения как общей направленности, включающие перестроения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц, так и упражнения специальной направленности, включающие упражнения для формирования и закрепления осанки, профилактики плоскостопия, дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз и фитдол-гимнастику.

Тема 2.Лечебно-профилактический танец.

Практика. Комплексы упражнений лечебно-профилактического танца для профилактики плоскостопия «Желтые ботинки», «Летка-енька».

Тема 3. Напряжение мышц.

Теория. Понятие что такое мышцы.Мы́шцы или му́скулы (от лат. musculus — мышца) — часть опорно-двигательного аппарата в совокупности с костями организма, способная к сокращению. ... Мышцы способны сокращаться под влиянием нервных импульсов. Для мышц характерно утомление, которое проявляется при интенсивной работе или нагрузке.

Тема 4. Расслабление мышц.*Практика.* Система упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на развитие гибкости (перегибы, наклоны). Упражнения на развитие шага (махи, растяжки).

Тема 5. Подъем стопы.

Практика. Упражнения на развитие подъёма. Вытяните стопу и нарисуйте носком 10 кругов по часовой и 10 против часовой стрелки. Когда закончите — поменяйте ногу. Упражнение выполняется в два подхода. Оно позволяет улучшить кровообращение и расслабить сухожилия, напрягающиеся во время ходьбы на каблуках. Если почувствуете лёгкое жжение в суставах, значит, вы получили достаточную нагрузку.

Танцевальная выразительность и импровизация

Тема 1. Импровизация

Теория. Импровизация-произведения искусства, которое создается во время процесса исполнения.

Тема 2. Актерское мастерство.

Практика. Выход и уход со сцены. Подача танца. Понятие об импровизации.

Упражнения и этюды «Передай настроение» (радость, грусть, удивление, страх), «Зеркало», «Зоопарк». Игры «Море волнуется раз…»

Тема 3. Структурная танцевальная импровизация.

Практика. Постижение танца одновременно с двух сторон: осмысляя и действуя. Отвечая на воображение, интеллект и стиль.

Тема 4. Организация группы по импровизации.

Практика. Двенадцать танцоров разделяются на маленькие группы, каждая из которых может работать одновременно, или поочередно. Несколько танцоров могут быть наблюдателями, в то время как другие-двигаются.

Тема 5. Активные и пассивные роли.

Практика. Танцоры делятся на пары. Один танцор в каждой паре активен, другой пассивен.

Тема 6. Парные этюды.

Практика. Танцоры по очереди показывают свои дуэты. Также несколько дуэтов могут выполняться сразу.

Тема 7. Хореографический образ.

Практика. Поза-положение которое принимает человеческое тело. Мимика-игра лица. Ракурс-расположение исполнителя к зрителям или к другому исполнителю.

Тема 8. Сценический образ.

Практика. Сценический образ – сплав внутренних и внешних черт человеческой личности. Раскрыть образ средствами хореографии, используя пластику человеческого тела, мимику и жесты

Постановочная работа.

Тема 1. Знакомство исполнителя с номером.

Теория. Ознакомление с темой танца, прослушивание танцевальной музыки.

Тема 2. Распределение ролей.

Теория. Определение исполнителей, учитывая данные танцора.

Тема 3. Разучивание движений.

Практика. Разучивание движений без сопровождении и под музыку.

Тема 4. Разводка номера.

Практика. Пройти пешком по рисунку, пройти по рисунку танцевальными движениями, соединить два этих куска.

Тема 5. Рабочая репетиция и на сцене.

Практика. Репетиция полной постановки, в костюмах и с оркестром.

Тема 6. Генеральная репетиция.

Практика. Прогон танца, генеральные репетиции со светом, гримом, в костюмах и с оркестром.

Тема 7. Историко-бытовой танец «Менуэт»

Практика. Движение придворного менуэта состоят из плавного скользящего шага, глубоких реверансов и поклонов. Танцующие двигаются маленькими шажками (па-меню) так, чтобы получилась фигура в виде буквы S.

Тема 8. Рисунок танца.

Практика. Разучивание рисунков. Горизонтальный, вертикальный, диагональный, верхний, ворота, змейка, круг в круге, два круга, статичный, динамичный.

Тема 9. Сюжетный танец.

Практика. Конкретное развитие тематики и хронологическая последовательность событий. Используются сюжеты школьной, дворовой тематики, а так же народных сказок и былин.

Тема 10. Сюжетный танец. Отработка.

Практика. Повторение, шлифовка, генеральная репетиция в костюмах и под музыку. Закрепление.

Тема 11. Постановка танца.

Практика. Участие в отчетном концерте учреждения.

Тема 12. Повторение изученного материала.

Практика. Рисунки танцев. Этюдная часть. Историко-бытовой танец «Менуэт».

Тема 13. Танец «Прачек»

Практика. В танце участвует 8 девочек. В руках у каждой корзинка с бельем. Девушки прачки направляются к речке, где постирав белье с задором молодости и шутками показывают девичью ловкость. Характер веселый, легкий, подвижный. Музыка народная. Отработка *Практика.* Повторение, шлифовка, Генеральная репетиция в костюмах и под музыку. Закрепление.

Тема 15. Экспозиция.

Практика. Выявляются приметы времени, воссоздаются образы эпохи, место действия. Действие может развиваться неторопливо, постепенно, а может динамично, активно.

Тема 16. Завязка.

Практика. Завязывается и начинается действие, герои знакомятся друг с другом, между ними либо какой-то третей силы возникает конфликт.

Тема 17. Развитие действия.

Практика. Ступени перед кульминацией. Конфликтная часть, которая определяется в завязке, развертывается, обретается определенность.

Тема 18. Кульминация.

Практика. Наивысшая точка развития драматургии хореографического произведения. Достигается наивысший эмоциональный наклон.

Тема 19. Развязка.

Практика. Завершение действии. Может быть мгновенной или постепенной. Исполнители четко отрабатывают финал.

Тема 20. Открытое занятие для родителей. Подведение итогов работы за учебный год.

Педагог дополнительного образования Мусаева Р.Р.

подпись Ф.И.О.

«12» 01 2021 г.