

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУКИ І ОСВІТИ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ
АДМІНІСТРАЦІЇ
ВІДДІЛ ОСВІТИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ ЗАЧЕПИЛІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «ЗАЧЕПИЛІВСЬКИЙ БУДИНОК ДИТЯЧОЇ ТА ЮНАЦЬКОЇ
ТВОРЧОСТІ» ЗАЧЕПИЛІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ КРАСНОГРАДСЬКОГО РАЙОНУ
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Навчальна програма з позашкільної освіти
художньо-естетичного напрямку
«Хореографічний з елементами гімнастики»

Складена на основі програми «Навчальні програми з позашкільної освіти. Художньо-естетичний напрям» (заг. ред. Г.А.Шкури, Т.В.Биковського) та програми для творчих об'єднань позашкільних навчальних закладів. Художньо-естетичний напрям. Хореографія (Лист МОН України №1/П-3840 від 12.07.2005 р)

Схвалена методичною радою Комунального закладу «Зачепилівський будинок дитячої та юнацької творчості», протокол № 1 від 02.09.2024 та затверджена наказом директора № 98 від 02.09.2024

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Серед багатьох сфер художньо-естетичного виховання хореографія посідає особливе місце. Заняття хореографією не лише вчать розуміти і створювати прекрасне, а й розвивають образне мислення, фантазію, творчу уяву дитини. Хореографічна діяльність сприяє фізичному розвитку та здоров'ю вихованців, виховує красу рухів, пластичність тіла, правильність постави, гармонійність ходи, жестів, культуру поведінки.

Сучасна хореографія вимагає від вихованців відповідної фізичної підготовки, застосування акробатичних елементів, трюків, підтримки, що додають танцю краси та гармонії. Тому акробатика дасть можливість досягти вищого рівня підготовки.

Заняття гімнастикою стимулюють роботу серцево-судинної і дихальної систем, позитивно впливає на імунну систему, підвищує стійкість організму до простудних інфекцій та інших захворювань.

Вивчення тренувальних вправ, танцювальних рухів, акробатичних елементів сприяють розвитку танцювальної, фізичної культури, уваги, характеру, почуття колективізму, культури поведінки та естетичного смаку піростаючого покоління.

МЕТА ПРОГРАМИ:

Програма спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток загальнофізичних, спортивних якостей, удосконалювати рухові навички, сприяти гармонійному розвитку особистості, почуття ритму, танцювальну виразність з різною фізичною підготовкою з використанням інноваційних технологій.

Поєднання розумового, фізичного, морального, естетичного, трудового виховання, уважне ставлення до власного здоров'я засобами танцювально-хореографічного мистецтва та гімнастики.

ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ПРОГРАМИ:

Забезпечувати гармонійний розвиток особистості.

Розвиток і вдосконалення фізичних якостей; сили, гнучкості, витривалості, навчити акробатичним елементам, що необхідні в хореографічних композиціях.

Дати початкову хореографічну підготовку – формувати правильну поставу, задовільнити потребу в руховій активності, розвинути почуття ритму, рівноваги, танцювальну виразність, координацію рухів.

Створення танцювального номера.

Виховання позитивного ставлення до занять спортом та здорового способу життя.

Виховання національно-патріотичної свідомості дітей за допомогою хореографічного мистецтва.

ЗАВДАННЯ ЗА ВИДАМИ ПІДГОТОВКИ:

АКРОБАТИКА

Навчити основним поняттям та термінам акробатики.

Навчити основам акробатики (вивчення акробатичних елементів)

Розвивати фізичні якості та рухові здібності (координація рухів швидко-силові якості, гнучкості, спритності).

Формувати навички індивідуального та групового виконання акробатичних елементів.

ХОРЕОГРАФІЯ

Навчити основним поняттям хореографії (термінологія, положення корпусу рук, ніг, точки залу, класичний екзерсис, техніки виконання хореографічних елементів).

Навчити елементам народного та сучасного танцю, танцювальним композиціям, поєднання хореографічних та акробатичних елементів.

Формувати пластичність та художню виразність виконання рухів.

ЗАВДАННЯ ЗА РІВНЯМИ ПІДГОТОВКИ

Освітній процес побудований у послідовності за принципами від простого до складного, від окремого до загального включає три види підготовки.

ЗАВДАННЯ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ

Організувати набір дітей.

Дати дітям уявлення про гімнастику та хореографічне мистецтво.

Ознайомити з умовами навчання та вимогам до вихованців.

Ознайомити з правилами безпеки під час тренувального процесу.

Виявити здібності дітей до навчання та розвитку фізично-хореографічних якостей.

За допомогою музично-хореографічного та спортивного комплексу вправ прищеплюється любов до танців, спорту, свідоме ставлення до занять, вивчається техніка спілкування, розвивається відчуття гармонії.

ЗАВДАННЯ ОСНОВНОГО РІВНЯ

Навчити необхідному набору теоретичних знань та практичних умінь з акробатики та хореографії.

Підготовка до концертної діяльності.

ЗАВДАННЯ ВИЩОГО РІВНЯ

Удосконалювати акробатичну, хореографічну майстерність вихованців.

Готувати та вивчати номери для участі в концертній діяльності колективу.

Сприяти формуванню професійного та соціального партнерства, доброзичливого ставлення до членів колективу.

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ:

Науковість, доступність, наступність, синтез, наочність, міцність засвоєння знань, індивідуальний підхід, поступовий розвиток даних гуртківців, систематичність і регулярність занять, цілеспрямованість навчального процесу.

ОСНОВНИМИ ФОРМАМИ навчально-виховної діяльності є :

колективні, групові заняття, репетиції, концертні виступи, фестивалі, конкурси.

МЕТОДИ опрацювання навчального матеріалу.

- Словесні: бесіда, розповідь, пояснення , інструктаж.
- Наочні: метод демонстрацій, показу, метод ілюстрацій

- Практичні(тренувальні вправи, творчі завдання.)
- Репродуктивні (відтворювальні вправи.)
- Частково – пошукові (виконання за зразком, під керівництвом керівника.)
- Пояснювально-ілюстративні (демонстрація наочного навчання, організація сприймання, спостереження).
- Самостійна робота.
- Методи стимулювання навчальної діяльності.
- Методи формування пізнавального інтересу (пізнавальні ігри, початкові дискусії, створення ситуації успіху).
- Контролю і самоконтролю.

Залежно від рівня навчання програма передбачає варіативність форм, принципів та методів навчання.

Навчальна програма допускає диференційний підхід до навчання, можливе коригування змісту програми, перенесення тем залежно від умов, змісту, кількості годин.

Враховуючи інтереси вихованців, їх кількість у групі, стан матеріально-технічного забезпечення керівник гуртка може змінювати кількість теоретичних і практичних занять (залежно від того, як швидко та якісно вихованці набувають практичних навичок), а також самостійно обирати один або кілька напрямків роботи гуртків основного та вищого рівнів, враховуючи обсяг часу передбаченого типовими навчальними планами.

ПЕРЕВІРКА ТА ОЦІНЮВАННЯ знань, вмінь та навичок здійснюється у ході поточного та підсумкових занять.

В кінці кожного навчального року - звітний концерт.

Для розширення світогляду дітей, залучення їх до хореографічного мистецтва, програмою передбачено відвідування концертів, участь у різноманітних фестивалях і конкурсах, участь членів танцювального колективу в інших культурно-масових заходах.

Вихованці набувають навичок самостійної творчої роботи з постановки комбінацій та етюдів різних хореографічних напрямків.

Навчання спрямоване на допрофесійну підготовку гуртківців та сприяє вибору подальшої професійної діяльності. Адже сьогодні хореографія вимагає від вихованців не тільки вміння виконання танцювальних композицій, а й відповідної фізичної підготовки.

Тому вводяться заняття курсу з акробатики, метою якого є:

- Змінення здоров'я;
- Забезпечення фізичного розвитку особистості;
- Прищеплення любові до занять з акробатики;
- Навчання вихованців акробатичних елементів, що необхідні в хореографічних композиціях.

На заняттях курсу з акробатики реалізується компетентнісний підхід до засвоєння нових знань у процесі навчання.

Будь-яку проблему розв'язують урахуванням кожного вихованця.

ПОЧАТКОВИЙ РІВЕНЬ, ПЕРШИЙ РІК НАВЧАННЯ

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

I. ВСТУП (2 год)

Знайомство з дітьми та їхніми батьками. Організаційні питання: (ознайомлення з правилами колективу, розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі, вимоги до зовнішнього вигляду вихованців на занятті).

II. КОЛЕКТИВНО – ПОРЯДКОВІ ТА МУЗИЧНО –РИТМІЧНІ ВПРАВИ (30 год)

МЕТА: Організувати колектив, створити у дітей робочий настрій.

1. Марширування:

ходіння по одному

розходження вправо, вліво

з'єднання у парах (з носка, на півпальцях з високо піднятим коліном)

Ознайомлення з поняттям – «коло», «колона».

Шиккування маршовим кроком в коло, колону, з колони пари і знов в колону, створення кола з колони, вільне розміщення на площі.

МУЗИЧНО-РИТМІЧНІ ВПРАВИ

На розвиток музично-слухового сприймання

- вислуховання в музичне звучання
- відплескування долонями нескладних ритмічних малюнків на слух.

Музично – ритмічне тренування

- рух у характері і темпі музики
- вправи на розвиток уваги
 - початок і закінчення руху разом з музикою.

Рухова імпровізація на музику

- динамічні відтінки твору (форте і п'яно)
- вправи на формування активного сприймання музики на розвиток уваги, ініціативи.

На розвиток емоційного сприймання музики

- передача музичного образу через рух
- передача характеру образу, який підказує музика.

III. ВПРАВИ НА ПІДЛОЗІ. (ПАРТЕРНА ГІМНАСТИКА) (30 ГОД.)

1. Вправи на підлозі

Розкриття ступнів ніг із шостої в першу позицію і знову в шосту позицію(у зворотному порядку лежачи на спині).

2. Натягування ніг до самих кінчиків пальців ступнів ніг і виведення їх у положення на п'ятки(ноги паралельно).

3. Пасе (ковзний рух ногою по підлозі), по черзі кожною ногою, лежачи на спині.

4. Вправи на гнучкість

Нахили стоячи, сидячи, махи, пружні рухи.

Місток з положення лежачи,(стоячи з допомогою).

З положення лежачи на животі підйом окремих частин тіла рук, плечей, голови.

Різнорічність шпагатів.

Силові вправи.

1.Ножиці з підйомом на 45

2.Берізка

3.Одночасний підйом верхньої частини тіла, ніг, рук, лежачи на животі, прогинання.

4.Віджимання в упорі лежачи від підлоги

Вправи на розвиток спритності

1.З положення лежачи на спині зібратися в групування

2.Качання в групуванні(вправа «бочонок»)

3.Вправа на гімнастичній лаві

Вправи на розтяжку

1.Вправи на виворотність паху (положення сидячи, лежачи, лежачи на спині та животі).

2.Почергові нахили до лівої ноги, вперед, до правої ноги, з положення сидячи.

3.Нахили вперед, ноги разом з положення сидячи та стоячи

4.Махи ногами стоячи біля станка (вперед, в сторону, назад)

5.Розтяжка на поперечний шпагат, ліву та праву ноги.

Вправи на розвиток координації рухів.

1.Одночасний підйом в різні боки

2.Рухи плечима(в перед, назад,кругові, почергові)

3.Різноманітність стрибків

Вправи для розвитку рівноваги.

1.Стійка на одній нозі(вправа «ластівка»)

2.Почергові стрибки на одній нозі , тощо

Акробатичні елементи

1.Стійка на лопатках

2.Кувирок вперед, назад

3.Підготовка до перекатів вперед

4.Стійка на руках(за допомогою керівника)

5.Колесо

6.Міст лежачи, стоячи (за допомогою керівника)

7.Підготовка до перевероту вперед на дві ноги.

IV. ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ(18 год.)

Вправи біля станка

Обличчям до центру залу

1.Позиції ніг (1.2.3)

2.Батман тандю з 1 позиції в бік(з другого півріччя вперед - назад)

3.Деміі пліє по 1, 2,3 позиціях

4.Положення куде п'є (вперед , назад)

5.Пасе (по 3 позиції)

Середина

1.Поклони: (дівчата – крок убік із закінченням у 3-й позиції демі пліє)
(хлопчики- крок у першу позицію)

2.Вправи на розвиток рівноваги

3.Вправи для рук (підготовча позиція, перша, друга, третя)

4.Пор де бра

5.Стрибки (соте по першій позиції).

V. ЕЛЕМЕНТИ НАРОДНОГО ТАНЦЮ (24 год.)

1.Танювальний крок з носка.

2.Крок убік із присіданням

3.Гуцульський дрібний хід(на місці, з просуванням)

4. «Чосанка»(поперемінне винесення ніг уперед)

5. «Присядка»- пружинка(для хлопчиків)

6.Притупування однією ногою

7.Потрійне притупування

8.Підготовка до «вихилясника».

VI. МУЗИЧНІ ІГРИ. ЕТЮДИ.(40 год.)

1.Для розвитку музично – слухового приймання: «Умій ходити на сильну долю звучання музики»

2. Для музично-ритмічного тренування «Ходімо під музику»(гра на виховання уваги)

«Хмаринки»(гра на розвиток руху в характері і темпі музики)

3.Для розвитку рухової імпровізації в музиці « Барвінок та Ромашка»

4. Для розвитку емоційного сприймання музики « Метелики»

Етюди

«Першими кроками» (1 півріччя)

«Завзяті гуцулята» (II півріччя)

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

Рух у танці виконується під музику, та про особливості виконання танцювального руху.

Вихованці повинні вміти:

Орієнтуватися в танцювальному залі, самостійно виконувати колективно-впорядкові перебудови, відчувати (характер, темп і форму музичного твору), узгоджувати танцювальний рух із музикою.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Початковий рівень, перший рік навчання

	Тема	Кількість годин		
		Теоретич- них	Практич- них	Усього
1	Вступ.	2	-	2
2	Колективно-впорядкові та музично-ритмічні вправи	10	20	30
3	Вправи на підлозі (партерна гімнастика)		30	30
4	Елементи класичного		18	18
5	Елементи народного танцю	4	20	24
6	Музичні ігри. Етюди	10	30	40
Разом:		26	118	144

ПОЧАТКОВИЙ РІВЕНЬ, ДРУГИЙ РІК НАВЧАННЯ
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Тема		Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1	Колективно-впорядкові та музично-ритмічні вправи	4	10	14
2	Вправи на підлозі (партерна гімнастика)		10	10
3	Акробатичні елементи		20	20
4	Елементи класичного танцю	10	30	40
5	Елементи народного танцю	10	20	30
6	Танцювальні етюди		30	30
Разом:		24	120	144

І.КОЛЕКТИВНО-ПОРЯДКОВІ ТА МУЗИЧНО - РИТМІЧНІ ВПРАВИ
(14 год.)

Теоретична частина.

Ознайомлення з поняттям «діагональ», «ланцюжок», «равлик»

Практична частина

1. Постановка корпусу, рук, ніг, голови.
2. Повороти праворуч, ліворуч.
3. Виконання перебудов у малюнках
 - коло
 - колона
 - шеренга
 - інтервал
 - діагональ
 - ланцюжок
 - равлик
4. Марширування
 - марш по одному по колу
 - перебудови праворуч, ліворуч ,через одного
 - перебудови парами, четвірками
 - з'єднання у пари, четвірки
 - марш по діагоналі
 - марш на пів пальцях, на п'ятках
 - марш з високим підніманням колін
5. Перебудови під час марширування
 - з колони по одному в пари
 - з пар в колони

- з колони по два в колони по чотири
- побудова кола з колони вільне розміщення в залі.

МУЗИЧНО –РИТМІЧНІ ВПРАВИ

Теоретична частина . Ознайомлення з поняттям « такт» та «затакт»

Практична частина.

1.Розвиток музично-слухового сприймання

- уважне прослуховування музичного супроводу
- відтворення за допомогою оплесків нескладних ритмічних малюнків
- оплески в темпі музики

2.Рухова імпровізація відповідно до музичного супроводу

- динамічні відтінки твору (форті і піано) голосно і тихо
- вправи на розвиток уяви

3.Розвиток емоційного сприймання музики

- передача музичного образу через рух
- розвиток творчої уяви, артистизму

II. ВПРАВИ НА ПІДЛОЗІ (партерна гімнастика) та АКРОБАТИЧНІ ВПРАВИ(10 год)

Практична частина

Партерна гімнастика

1. Вправа для підйомів – витягування і скорочення стоп у положенні сидячи.
2. Нахили корпусу вперед до підлоги(сидячи)
3. Вправа «ножиці»- почергове перехрещення ніг(виконується сидячи руки на талії, лежачи на спині, та животі)
4. Вправа «літак» - руки та ноги одночасно відриваються від підлоги (виконується лежачи на животі,, руки розведені в боки долонями до низу)
- 5.Вправа «човник» гойдаючись руки та ноги почергово відриваються від підлоги (виконується лежачи на животі ,руки та ноги витягнуті)
- 6.Вправа «козенята» - почергові махи ногами (виконується спираючись на долоні та коліна)
- 7 Вправа «потяг» - рух вперед та назад за допомогою стегон(виконується сидячи на підлозі, руки притиснуті до тіла)
8. Розтяжка м'язів ніг.
- 9.Виконання акробатичних елементів
 - перевороти
 - перекати
 - колеса

III. ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ (20 год.)

Практична частина.

Вправи на середині зали.

1.Вправи для голови

- повороти

- нахили
- 2. Положення рук
 - підготовче положення
 - на поясі
 - тримаючись за спідницю(дівчата), за спиною (хлопці)
 - положення рук у парі (тримаючись за одну руку вільна рука на поясі.
- 3. Позиції рук
 - підготовча позиція рук
 - I позиція
 - III позиція
 - II позиція (вивчається останньою, музичний розмір 4/4, 4 такти або 3/4 тактів.
- 4. Вправи для рук
- 5. Позиції ніг (перша, друга, третя прямі та вільні, перша, третя виворотні)
- 6. Маленьке присідання по першій вільній позиції ніг (демі –пліє)
- 7. Ковзаний рух носком по підлозі по першій вільній позиції ніг у бік (батман тандю)
- 8. Піднімання на пів пальці по першій вільній позиції ніг (релеве)
- 9. Стрибки
 - підскоки на місці
 - соте о перші, другій, третій позиціям
 - шанжман де п'є
 - пор де бра (перша, друга, третя)

IV. ЕЛЕМЕНТИ НАРОДНОГО ТАНЦЮ (40 год)

Теоретична частина. Вивчення термінології українського народного танцю.

Практична частина. Вивчення елементів українського танцю.

1. Притупи (одинарні, подвійні, потрійні)
2. Оплески
3. Потрійний крок.
4. «Куточок» з винесенням ноги в бік на п'яту.
5. «М'ячики», «розніжка»(обличчям до станка для хлопчиків)
6. Па « польки»
7. «Припадання»
8. «Бігунець»
9. «Вірьовочка»

V. ТАНЦЮВАЛЬНІ ЕТЮДИ (30 год.)

1. На розвиток музично – слухового сприймання- гра «Мишки»
2. На музично - ритмічні тренування- гра « Ластівки», «Горобці і півні».
3. На розвиток рухової імпровізації - «Пташки»,»Автомобіль»
4. На розвиток емоційного сприймання музики – гра « Лови метелика»

Танці: «Весела полька», «Козачок»

VI. ПОСТАНОВЧО ТА РЕПЕТИЦІЙНА РОБОТА(30 год)

Здійснюється згідно з репертуарним планом.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці **мають знати:**

- 1.Термінологію класичного та українського народного танцю у обсязі передбаченому даним роком навчання
2. Поняття « діагональ», ланцюжок», « равлик», такт, за такт, та ідея танцювального номера.
3. Елементи класичного танцю (позиції ніг,рук тощо)
- 4.Елементи народного танцю

Вихованці **мають вміти:**

- 1.Виконувати різноманітність марширувань
- 2.Виконувати вправи партерної гімнастики,акробатичні елементи.
- 3.Виконувати вправи елементів класичного танцю
- 4.Виконувати танцювальні рухи(«бігунець»,»па польки , потріпний крок, припадання, вірьовочка).
- 5.Виконувати танцювальні етюди на основі вивченого матеріалу.

ОСНОВНИЙ РІВЕНЬ

ПЕРШИЙ ТА ДРУГИЙ РІК НАВЧАННЯ

На кожному занятті повторюються рухи й вивчаються нові комбінації, етюди, і вправи для розвитку артистичності і виразності.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1	Колективно-впорядкові та музично-ритмічні вправи		10	10
2	Вправи на підлозі (партерна гімнастика) Акробатичні елементи		40	40
3	Елементи класичного танцю	5	25	30
4	Елементи народного танцю	5	40	45
5	Танцювальні етюди	10	25	35
6	Постановчо-репетиційна робота	6	50	56
	Разом:	26	190	216

I. КОЛЕКТИВНО – ВПОРЯДКОВІ ТА МУЗИЧНО – РИТМІЧНІ ВПРАВИ (10 год.)

Виконуються рухи в різних музичних малюнках

II.ВПРАВИ НА ПІДЛОЗІ(Партерна гімнастика)АКРОБАТИЧНІ ЕЛЕМЕНТИ(40 год) Партерна гімнастика

1. Вправи для стоп(розробка підйому з положення сидячи)
2. Вправи для спини(зміцнення м'язів, із положення лежачи на животі)
3. Вправи для пресу(із положення лежачи на спині)
4. Вправи для розвитку координації (виконується із положення лежачи на спині, та сидячи на підлозі)
- 5.Вправи для розвитку м'язів
- 6.Вправи для розтяжки м'язів.
- 7.Акробатичні елементи

III. ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ (30 год.)

Складається переважно з трьох частин

1.Тренаж

- демі пліє
- батман тандю
- батман тандю жете
- ронд де жамб партер
- релєве пасе партер
- батман фропе

2. Вправи на середині

Повторюються рухи тренажу, а також уклін, позиції рук, порт де бра,пози

3.Стрибки(Алегро)

- соте о 1,2,5, позиціях
- шаж ман де п'є

IV. ЕЛЕМЕНТИ НАРОДНОГО ТАНЦЮ(45 год)

1. Вправи біля станка
2. Вправи на середині залу
3. Робота над етюдами
4. Танцювальні елементи

«Голубець», «Тинок», обертання, різновидність вірьовочки.

У. ТАНЦЮВАЛЬНІ ЕТЮДИ (35 год)

Робота над етюдами найвідповідальніша частина уроку.

Вирішуються нові завдання.

Прищеплюються навички ансамблевого танцю,синхронного виконання рухів, художня виразність виконання, артистизм.

Танцювальні етюди: « Завзяті козачата»,»Танцювальний каблучок».

VI.ПОСТАНОВЧО - РЕПЕТИЦІЙНА РОБОТА (56 год.)

Здійснюється згідно з репертуарним планом.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці **повинні знати:**

- 1.Правила використання позицій рук і ніг для їх самостійного застосування в практичній діяльності.
2. Розбиратися в характері та різних ритмах музичного твору.
- 3.Вміти імітувати різні образи, використовуючи танцювальні рухи, елементи

Вихованці **повинні вміти:**

Розрізняти музичні стилі, знати особливості музичного супроводу до танців.

1. Володіти танцювальною манерою
2. Розбиратися в лексичній термінології класичного та народного танців.
3. Розбиратися в лексичній термінології акробатичних елементів та трюків.
4. Застосовувати набуті знання та навички в практичній діяльності.

ОСНОВНИЙ РІВЕНЬ ТРЕТІЙ ТА ЧЕТВЕРТИЙ РІК НАВЧАННЯ НАВЧАЛЬНО- ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1	Гімнастика. Акробатичні елементи та трюки.		50	50
2	Елементи класичного танцю.		30	30
3	Народний танець		60	60
4	Постановчо- репетиційна робота	16	60	76
	Разом	16	200	216

Для дітей цього віку на кожному занятті повторюються вивчені рухи, ускладнюються, доповнюються та навчаються нові більш складні.

I. ГІМНАСТИКА. АКРОБАТИЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ТА ТРЮКИ (50)

Розвиток фізичних якостей та рухових здібностей (координація рухів, орієнтація в просторі, швидко-силові якості, гнучкість, спритність, стрибковість тощо.

АКРОБАТИЧНІ ЕЛЕМЕНТИ

Удосконалення акробатичних елементів.

- Перевороти вперед
- Переворот назад
- Переворот на дві ноги
- Перекидання назад зігнувшись
- Колеса на ліву руку та на праву
- Переворот зі зміною ніг
- Стійка- перекидання
- Шпагати
- Мости
- Фляк

Трюкові елементи виконуються згідно постановки танцювального номера

II. ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ (30 год.)

Заняття складаються за схемою попереднього року навчання.

Вправи біля станка «тренаж».

Повторюються вивчені рухи в більш складних комбінаціях збільшення силового навантаження та вивчаються нові.

1. Батман фондю
2. Батман девельопе
Вправи на середині
Виконуються вправи «тренажу»

1. Порт де бра
2. Пози «арабескі»

Стрибки(алегро)

1. Соте по позиціях
2. Ассамбле
3. Па жете (підготовка)

III. НАРОДНИЙ ТАНЕЦЬ (30 год.)

Урок народно -сценічного танцю має певну послідовність: вправи біля станка, вправи на середині

Вправи біля станка.

1. Уклін (для дівчат)
2. Уклін(для хлопців)
3. Присідання
4. Вправа для розвитку рухливості ступні
5. Каблучна вправа.
6. Коло ногою по підлозі
7. Маленькі кидки
8. Підготовка до вірьовочки
9. Низькі та високі розгортання ноги.
10. Великі кидки
11. Вставання на півпальці

Вправи на середині

1. Позиції та положення ніг та рук
2. Елементи українського танцю(тинок, голубці, припадання, упадання, вихилястики, бігунець тощо.
3. Елементи гуцульських та закарпатських танців (притупцювання, переступання, присідання та ін.)
4. Трюки (обертання, піруети, вистукування, присідання та ін.)

IV. ПОСТАНОВЧО-РЕПЕТИЦІЙНА РОБОТА. (76 год.)

Здійснюється керівником згідно з планом репертуару.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці **повинні вміти:**

1. Застосовувати знання і навички, якими вони володіли.
2. Виконувати танцювальні рухи в більш швидкому темпі
3. Запам'ятовувати послідовність розвитку дії в танцях
4. Виразніше відтворювати образи.
5. Брати участь у постановці танців.
6. Самостійно придумувати рухи для танців.
7. Виконувати елементи гімнастики та трюкові вправи

Вихованці **повинні знати:**

Темпові позначення і відрізняти темпи: адажіо – повільно,

віво-жваво, аданте- не поспішаючи, алегро-швидко, бадьоро відповідно до рухів.

Володіти основними навичками.

Виконувати рухи, зберігаючи танцювальну постанову, вивертання, володіти рухами ступні.

Володіти навичками елементів акробатичних трюків та гімнастичних вправ.

Уміти : правильно виконувати екзерсис біля палиці, імпровізувати на теми українських танців у швидкому і повільному темпі.

ОСНОВНИЙ РІВЕНЬ П'ЯТИЙ ТА ШОСТИЙ РІК НАВЧАННЯ

НАВЧАЛЬНО – ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

	<i>Тема</i>	<i>Кількість годин</i>		
		<i>Теоретич- них</i>	<i>Практич- них</i>	<i>Усього</i>
1	Гімнастика.Акробатичні елементи та трюки.		60	60
2	Елементи класичного танцю.		20	20
3	Народний танець		60	60
4	Постановчо- репетиційна робота	16	60	76
	Разом	16	200	216

Для дітей цього віку особлива увага приділяється техніці виконання танцювальних та акробатичних елементів, виразності і вмінню розкривати певний образ.

I.ГІМНАСТИКА. АКРОБАТИЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ТА ТРЮКИ (60 год.)

Удосконалення застосувань отриманих вмінь та навичок усіх видів підготовки гімнастичних, акробатичних елементів.

II. ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ (20 год.)

Заняття складаються за схемою попереднього року навчання

1.Вправи біля станка

Повторюються вивчені рухи з більш складних комбінаціях, зі збільшенням силового навантаження та вивчаються нові.

2.На середині виконуються вправи «тренажу», а також порт де бра, пози (арабескі) танцювальні елементи, обертання.

3Стрибки (алегро): соте по позиціях, па жете, ассамбле тощо.

III.НАРОДНИЙ ТАНЕЦЬ (60 год.)

Заняття народно сценічного танцю має певну послідовність.

1.Вправи біля станка

Повторюються вивчені рухи у більш складних комбінаціях зі збільшенням силового навантаження.

2.Вправи на середині

Елементи народних танців та робота над трюками.

IV.РЕПЕТИЦІЙНА ТА ПОСТАНОВЧА РОБОТА (76 год)

Здійснюється згідно з планом репертуару

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці **повинні**:

- Мати уявлення про хореографію як вид мистецтва та його значення в житті людини, уміння виконувати самостійно окремі танці та акробатичні елементи.
- Знати виразні засоби музики і танцю.
- Уміти виконувати грамотно музикально всі основні рухи «екзерсису» та на середині, знати правила виконання акробатичних трюків та стрибків, імпровізувати на теми класичної, народної і сучасної музики, уміти виражати у пластиці загальний зміст музики, її образні асоціації.