

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ ТА НАУКИ
ДОНЕЦЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ДОНЕЦЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ПАЛАЦ ДИТЯЧОЇ ТА ЮНАЦЬКОЇ ТВОРЧОСТІ

ПОГОДЖЕНО

Протокол засідання науково-методичної ради Донецького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

27.08.2019 № 2



ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ департаменту освіти та науки Донецької обласної державної адміністрації

05.09.2019 № 312/163-19-02



Навчальна програма з позашкільної освіти

художньо-естетичного напрямку

«Хореографія»

9 років навчання

Укладачі:

Шнурко Олена Миколаївна – завідувач відділу художньої творчості Донецького обласного палацу дитячої та юнацької творчості.

Голік Олена Валеріївна – керівник «Зразкового художнього колективу» ансамблю танцю «Усмішка» Донецького обласного палацу дитячої та юнацької творчості.

Рецензенти:

Гаврілова Л. Г. – кандидат наук із мистецтвознавства, доктор педагогічних наук кафедри теорії і практики початкової освіти ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет».

Хімїон Т. П. – керівник «Зразкового художнього колективу» ансамблю танцю «Фо степ» Донецького обласного палацу дитячої та юнацької творчості.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Фундаментом хореографічного мистецтва є класичний танець, який, як найбільш універсальна система, широко використовується в дитячій аматорській творчості, оскільки сприяє гармонійному фізичному та естетичному розвитку дітей, формує високу виконавську майстерність та сценічну культуру.

На сьогодні значно зросла кількість дитячих хореографічних гуртків, діяльність яких спрямована на комплексний розвиток дітей при домінуванні одного з видів хореографічного мистецтва. У зв'язку з цим виникає потреба у розробці нових програм, що розраховані на комплексне хореографічне виховання дітей. Таким чином, актуальність запропонованої навчальної програми полягає в тому, що вона передбачає синтез класичної, народно-сценічної, історико-побутової та сучасної хореографії, що сприяє гармонійному розвитку хореографічних здібностей гуртківців різних вікових періодів.

Навчальна програма «Хореографія» реалізується у гуртках художньо-естетичного напрямку та спрямована на вихованців молодшого та середнього шкільного віку (4-17 років).

При розробці програми за основу взята навчальна програма «Основи хореографічного мистецтва» (рекомендовано Міністерством освіти і науки України, лист від 08. 04. 2016 р. №1/11-4657).

В програмі враховано основні вимоги, які визначені у Законі України «Про освіту», Законі України «Про позашкільну освіту», Законі України «Про охорону дитинства», наказі Міністерства освіти і науки України № 676 від 22.07.2008 «Про затвердження Типових навчальних планів для організації освітнього процесу в закладах позашкільної освіти Міністерства освіти і науки України» та листі Інституту інноваційних технологій і змісту освіти № 14.1/10-1685 від 05.06.2013 «Про методичні рекомендації щодо змісту та оформлення навчальних програм з позашкільної освіти».

Метою програми є формування компетентностей особистості засобами хореографії.

Основні завдання полягають у формуванні:

пізнавальної компетентності, що забезпечує ознайомлення з поняттями та знаннями, які стосуються хореографічного мистецтва;

практичної компетентності, що сприяє оволодінню навичками хореографічного мистецтва;

творчої компетентності, що забезпечує формування творчих здібностей вихованців у процесі оволодіння хореографічним мистецтвом, розвиток естетичних почуттів, смаків, емоційно-почуттєвої сфери;

соціальної компетентності, що сприяє вихованню дбайливого ставлення до надбань світової, вітчизняної культури, мистецтва, духовних та матеріальних цінностей рідного краю народних традицій, національної свідомості, самореалізації в соціумі засобами мистецтва, професійного самовизначення.

Програма розрахована на 9 років навчання за трьома рівнями (початковий, основний та вищий), поєднує тренажні вправи з танцювальними рухами класичного, народно-сценічного, історично-побутового танцю.

До колективу приймаються фізично здорові діти віком від 4 до 17 років. Враховуються також творчі можливості кожної дитини.

Навчальна програма передбачає 10 років навчання:

1-й рік - початковий рівень – 144 год. на рік, 4 год. на тиждень;

2-й рік - початковий рівень – 144 год. на рік, 4 год. на тиждень;

1-й – 2-й рік – основний рівень – 216 год., 6 год. на тиждень;

3-й рік – основний рівень – 324 год., 9 год. на тиждень;

4-й рік – основний рівень – 360 год., 10 год. на тиждень;

1-й рік – 3-й рік – вищий рівень – 432 год., 12 год. на тиждень.

Навчальна програма початкового рівня включає в себе не тільки базові хореографічні елементи, а й передбачає поступову фізичну підготовку дітей із врахуванням вікових можливостей. До програми увійшли сюжетні, ігрові та народні танці, що розвивають у дітей емоційність, уяву, акторську майстерність тощо. Робота спрямована на активізацію і розвиток хореографічних та творчих здібностей дітей, музикальності, артистизму.

Програма основного та вищого рівня розрахована, перш за все, на опанування класичної хореографії. Заняття з класичного танцю складається з екзерсисів біля станка та на середині залу, *adagio* і *allegro*. У екзерсисі біля станка закладається фундамент знань майбутнього танцівника: вивчається постановка корпусу, розвивається виворотність ніг і танцювальний крок; закладаються основи для стрибка; отримуються перші навички виразності виконання рухів. Після засвоєння основних рухів класичного танцю біля станка починається вивчення екзерсису на середині залу, згодом додаються *adagio* та *allegro*.

Разом з тим, зважаючи на комплексність навчання та різноманітність видів та стилів хореографічного мистецтва, у навчальній програмі увага приділяється вивченню основ народно-сценічного, історико-побутового та сучасного танцю, що розширює зміст програми.

З першого року основного рівня навчання починається вивчення українського народно-сценічного танцю та народно-сценічного танцю країн світу. Програмою передбачено вивчення рухів на середині зали, оскільки основна увага приділяється класичному танцю. Попри це, при необхідності керівники можуть проводити екзерсис біля станка за загальноприйнятою методикою викладання народно-сценічного танцю.

Український народно-сценічний танець посідає чільне місце серед культурних надбань українського народу, користується широкою популярністю як на теренах України, так і за кордоном. Саме цим спричинено виокремлення українського народно-сценічного танцю в окрему частину навчальної програми, мета і завдання якої полягають в ознайомленні та навчанні підростаючого покоління зразкам українського народного хореографічного мистецтва з врахуванням регіональних особливостей побутування.

Народно-сценічний танець сприяє розвитку м'язового апарату гуртківців, виховує уміння передавати характер, стиль, манеру виконання народних танців, сприяє вдосконаленню танцювальної техніки, розвиває виразність та музикальність. Отже, основне завдання народно-сценічного танцю полягає у

вихованні у дітей вміння емоційно виразного виконання танців, точної передачі національного стилю і манери виконання, розвитку танцювальної та акторської майстерності.

З другого року основного рівня навчання розпочинається вивчення основ історико-побутового танцю. Цьому виду танцю судилося зіграти роль сполучної ланки між народним танцем та професійною сценічною хореографією.

Навчання за програмою вищого рівня спрямоване на допрофесійну підготовку гуртківців та сприяє вибору подальшої професійної діяльності. Вихованці набувають навичок самостійної творчої роботи з постановки комбінацій та етюдів різних хореографічних напрямів.

Основними формами освітньої діяльності є: групові та індивідуальні заняття (навчально-тренувальні заняття, індивідуальні заняття, репетиції, концертні виступи, фестивалі, перегляд театральних вистав та концертів).

З метою розвитку та підтримки обдарованих та талановитих вихованців, здобуття ними практичних навичок і для задоволення їхніх потреб у професійному самовизначенні може застосовуватися індивідуальне навчання. Кількісний склад груп, у яких проводиться індивідуальне навчання, становить від одного до п'яти учнів (згідно з наказом Міністерства освіти і науки від 11.08.2004 № 651 «Про затвердження Положення про порядок організації індивідуальної та групової роботи в позашкільних навчальних закладах» (із змінами, внесеними згідно з наказом Міністерства освіти і науки № 1123 (z1322-08) від 10.12.2008). Кількість годин на тиждень передбачена в наказі Міністерства освіти і науки України № 676 від 22.07.2008 «Про затвердження Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України»

Впровадження запропонованої програми спирається на такі основні принципи: науковість; наступність; доступність; синтез; наочність; міцність засвоєння знань; індивідуальний підхід; поступовий розвиток природних даних гуртківців; чітка послідовність в оволодінні лексиною і технічними прийомами; систематичність і регулярність занять; цілеспрямованість навчального процесу.

Методами опрацювання навчального матеріалу є:

- словесні: бесіда, розповідь, пояснення, інструктаж;
- наочні: метод ілюстрацій, метод демонстрацій, показу;
- практичні (тренувальні вправи, індивідуальні та творчі завдання);
- репродуктивні (відтворювальні вправи);
- частково-пошукові (виконання за зразком, під керівництвом педагога);
- пояснювально-ілюстративні (демонстрація наочного навчання);
- самостійної роботи;
- методи формування пізнавального інтересу (пізнавальні ігри, навчальні дискусії, створення ситуації успіху);
- контролю і самоконтролю.

Перевірка та оцінювання знань, вмінь та навичок здійснюється у ході поточного та підсумкового контролю у формі проведення концертних

виступів, відкритих та підсумкових занять. У кінці кожного півріччя проводяться відкриті підсумкові заняття, а 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, зустрічі з професійними хореографами, а також участь вихованців в інших культурно-масових заходах.

Початковий рівень, перший рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Абетка музичного руху	2	18	20
1.1. Колективно-порядкові вправи	2	18	20
Розділ 2. Партерна гімнастика.	2	22	24
2.1. Вправи на підлозі.	2	22	24
Розділ 3 .Музично-ритмічні вправи	2	46	48
Розділ 4. Танцювальні етюди, постановочно-репетиційна робота	4	24	28
Розділ 5. Музичні ігри	2	18	20
Підсумок	-	2	2
Разом	14	130	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Ознайомлення з планом роботи гуртка на навчальний рік. Правила поведінки в колективі. Зовнішній вигляд вихованців, форма одягу. Правила безпеки. Організаційні питання.

Розділ 1. Абетка музичного руху (20 год.)

1.1. Колективно-порядкові вправи (20 год.)

Теоретична частина. Правильна постава. Координація рук і ніг у рухах. Вітання. Правильне положення тулуба під час ходьби. Танцювальні рухи, танцювальні вправи на орієнтування у просторі зали. Ознайомлення з поняттями: «коло», «колона», «шеренга», «інтервал».

Практична частина. Постановка корпусу, рук, ніг, голови. Виконання перебудов у малюнках: коло; колона; шеренга; інтервал. Повороти праворуч, ліворуч. Марширування: марш по одному по колу; перебудови праворуч, ліворуч через одного; з'єднання у пари, четвірки; перебудови парами, четвірками. Перебудови під час марширування: з колони по одному в пари; з пар в колони; побудова кола з колони; вільне розміщення в залі.

Розділ 2. Партерна гімнастика (24 год.)

2.1. Вправи на підлозі

Теоретична частина. Назви вправ партерної гімнастики. Основні закони правильного дихання під час виконання вправ на підлозі.

Практична частина. Вправи для підйомів. Нахили корпусу вперед до підлоги. Підйоми вгору правої та лівої ноги по чергово та обох ніг разом. Вправа «Велосипед». Вправа «Літак». Вправа «Кільце». Вправа «Кошик». Вправа «Котик». Вправа «Метелик». Вправа «Ножиці», «Розтяжка».

Розділ 3. Музично-ритмічні вправи (48 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з поняттями «темп» (швидкий, помірний, повільний) та «динамічні відтінки» (голосно, тихо) музичного супроводу.

Практична частина. Розвиток музично-слухового сприймання: уважне прослуховування музичного супроводу; початок та закінчення рухів разом із музикою; оплески в темпі музики; вправи на розвиток уваги. Вправи для голови: повороти; нахили. Положення рук: на поясі; тримаючись за спідницю (у дівчат), за спиною (у хлопців); положення рук у парі (тримаючись за одну руку, вільна рука на поясі). Ознайомлення з позиціями рук: підготовче положення; I позиція; II позиція. Ознайомлення з позиціями ніг: I вільна та пряма позиції; II вільна та пряма позиції. Основні кроки: крок на півпальцях; крок на п'ятах; крок з високим підніманням колін; крок у сторону; крок у сторону з присіданням по I прямій позиції; простий танцювальний крок; підскоки в просуванні; перемінний крок; pas галопа. Види стрибків. Уклін дівчаток та хлопчиків.

Розділ 4. Танцювальні етюди (28 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з поняттями «образ» та «сюжет».

Практична частина. Вивчення танцювальних етюдів, створених на основі попередньо засвоєного матеріалу: «Курчата». «Гномики». «Веселі мавпочки». «Спортивна хвилинка».

Розділ 5. Музичні ігри (20 год.)

Теоретична частина. Пояснення правил участі в іграх.

Практична частина. «Мишки». «Ластівки, горобці і півні». «Пташки і автомобіль». «Пташки і лисичка». «Гномики». «Горобчики».

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- основні танцювальні елементи;
- назви вправ партерної гімнастики;
- позиції ніг: I та II вільну та пряму позиції;
- позиції рук: I та III позиції, підготовче положення рук;
- поняття: «коло», «колона», «шеренга», «інтервал», «темп», «динамічні відтінки», «образ», «сюжет».

Вихованці мають вміти:

- марширувати, розходитись у різні малюнки, виконувати повороти праворуч, ліворуч;
- виконувати музично-ритмічні вправи під музику;
- виконувати вправи партерної гімнастики;
- виконувати основні танцювальні кроки та рухи;
- виконувати танцювальні етюди.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання музично-ритмічних вправ під музику;
- виконання вправ партерної гімнастики;
- виконання основних танцювальних кроків;
- виконання танцювальних рухів;
- виконання музичних ігор;
- виконання танцювальних етюдів.

Початковий рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Абетка музичного руху	2	18	20
1.1. Колективно-порядкові вправи, основні кроки	2	18	20
Розділ 2. Партерна гімнастика.	2	22	24
2.1. Вправи на підлозі	2	22	24
Розділ 3 .Засоби музичної виразності	4	36	40
3.1. Музично-ритмічні вправи	2	18	20
3.2. Навчально-тренувальні вправи	2	18	20
Розділ 4. Техніка танцю.	6	42	48
4.1. Вправи класичного танцю та вправи на середині залу	4	24	28
4.2. Навчально-тренувальні вправи	2	18	20
Підсумок	4	2	2
Разом	18	126	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Абетка музичного руху (20)

1.1. Колективно-порядкові вправи (20 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з поняттями: «діагональ», «ланцюжок», «равлик».

Практична частина. Постановка корпусу, рук, ніг, голови. Повороти

праворуч, ліворуч. Виконання перебудов у малюнках: коло; колона; шеренга; інтервал; діагональ; ланцюжок; равлик. Марширування: марш по одному по колу; перебудови праворуч, ліворуч через одного; з'єднання у пари, четвірки; перебудови парами, четвірками; марш по діагоналі; марш на півпальцях, п'ятах; марш з високим підніманням колін. 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. Основні кроки: крок з «носка»; крок з п'яти; простий танцювальний крок; підскоки; перемінний крок; 10.pas галопу; 11.pas chasse; 12.pas польки; 13.гуцульський кривий крок; 14.приставний бічний крок.

Розділ 2. Партерна гімнастика (24 год.)

2.1. Вправи на підлозі (24 год.)

Теоретична частина. Назви вправ партерної гімнастики. Правила вірного розтягування м'язів.

Практична частина. Вправа для підйомів. Нахили корпусу вперед до підлоги. Вправа «Ножиці». Вправа «Літак». Вправа «Човник». Вправа «Козенята». Вправа «Потяг». Розтяжка.

Розділ 3. Засоби музичної виразності (40 год.)

3.1. Музично-ритмічні вправи (20 год.)

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

Практична частина. Розвиток музично-слухового сприймання: прослуховування музичного супроводу; оплески в темпі музики; відтворення за допомогою оплесків нескладних ритмічних малюнків. Рухова імпровізація відповідно до музичного супроводу: динамічні відтінки твору (forte і piano – голосно і тихо); вправи на розвиток уяви. Розвиток емоційного сприймання музики: передача музичного образу через рух; розвиток творчої уяви, артистизму.

Розділ 4. Техніка танцю (28 год.)

4.1. Вправи класичного танцю та вправи на середині залу (28 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології класичного танцю.

Практична частина. Вправи на середині зали. Вправи для голови: повороти; нахили. Положення рук: підготовче положення; на поясі; тримаючись за спідницю (у дівчат), за спиною (у хлопців); положення рук у парі (тримаючись за одну руку, вільна рука на поясі; обидві руки з'єднані нахрест). Позиції рук: I позиція; III позиція; II позиція (як найскладніша, вивчається останньою). Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Вправи для рук. Позиції ніг (I, II, III прямі та вільні, I і III виворотні позиції). Маленьке присідання по I вільній позиції ніг («demi-plié»). Ковзний рух носком по підлозі по I вільній позиції ніг в бік («battement tendu»). Піднімання на півпальці по I

вільній позиції ніг («releve»). Стрибки: підскоки на місці; по I прямій позиції; із зігнутими у колінах ногами. Підготовка до tour chaines та інших обертів.

4.2. Навчально-тренувальні вправи (20 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології українського народного танцю.

Практична частина. Вивчення елементів українського народного танцю: Притупи (одинарні, подвійні, потрійні). Оплески. «Вихилясник». «Куточок» з винесенням ноги вбік на п'яту. «М'ячики», «розніжка» (обличчям до станка для хлопців). «Пружинка». «Увиванець». «Чосанка». «Тропіток».

Розділ 4. Танцювальні етюди, постановочно-репетиційна робота (28 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з поняттям «ідея танцювального номера». Перегляд наочних відеоматеріалів.

Практична частина. Вивчення танцювальних етюдів, створених на основі попередньо засвоєного матеріалу.

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного та українського народного танцю;
- поняття: «діагональ», «ланцюжок», «равлик», «такт», «затакт та «ідея танцювального номера»;
- позиції ніг: I, II, III прямі та вільні, I і III виворотні позиції, позиції рук (I, III, II), підготовче положення рук;
- розрізняти музичну фразу, такт, затакт та динамічні відтінки твору;
- вправи класичного танцю: маленьке присідання по I вільній позиції ніг («demi plie»); ковзний рух носком по підлозі по I вільній позиції ніг в бік («battement tendu»);
- піднімання на півпальці по I вільній позиції ніг («releve»).

Вихованці мають вміти:

- розходитись через одного;
- марширувати на півпальцях, п'ятах, з високим підніманням колін;
- виконувати вправи партерної гімнастики: піднімання ніг, «Ножиці», «Човник», «Козенята», «Потяг» тощо;
- виконувати вправи класичного танцю: demi plie, battement tendu, releve;
- виконувати вправи для голови, рук, підскоки, стрибки: по I прямій позиції, із зігнутими у колінах ногами;
- виконувати танцювальні рухи: «вихилясник», «куточок», «м'ячики»,

- «розніжку», «пружинку», «увиванець», «чосанку», «тропіток» тощо;
- виконувати танцювальні етюди.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання вправ партерної гімнастики, класичного та українського народного танцю;
- виконання вправ для голови, рук, підскоків, стрибків: по І прямій позиції, із зігнутими у колінах ногами;
- виконання танцювальних етюдів.

Основний рівень, перший рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Партерна гімнастика	3	33	36
1.1. Вправи на підлозі	3	33	36
Розділ 2. Елементи класичного екзерсису.	13	77	90
2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	4	20	24
2.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	6	42	48
2.3. Allegro	3	15	18
Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю	4	38	42
Розділ 4. Постановчо-репетиційна робота	2	40	42
Розділ 5. Вистави	2	-	2
Підсумок	-	2	2
Разом	26	190	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Партерна гімнастика (36).

1.1. Вправи на підлозі (36 год.)

Теоретична частина. Назви вправ партерної гімнастики. Ознайомлення з поняттями «координація», «сила м'язів», «танцювальний крок» та «розтяжка».

Практична частина. Продовжується опанування вправ, вивчених впродовж підготовчого рівня навчання, але прискорюється темп виконання, збільшується кількість повторів. Вправи для стоп. Вправи для спини. Вправа для пресу. Вправа для розвитку координації. Вправи для розвитку сили м'язів. Вправи для розвитку танцювального кроку та розтяжки.

Розділ 2. Елементи класичного екзерсису (90 год.)

2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (24 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю. Ознайомлення з поняттями «en dehors» та «en dedans».

Практична частина. Уклін. Постановка тулубу. Позиції ніг (I, II, III позиції). Музичний розмір: 4/4, 4 такти. Позиції рук: (I, II, та III позиції). Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Demi-plié по I-III позиціях. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух. Battement tendu у I і III позиціях убік, вперед. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт.

Положення ноги sur le cou-de-pied попереду (основне) та позаду. Спочатку вивчається з положення відкритої у сторону ноги, у міру засвоєння – з положення ноги, відкритої вперед або назад. Положення умовного sur le cou-de-pied. Спочатку вивчається з відкритої у сторону ноги, у міру засвоєння – з III позиції. Relevé на півпальцях у I-III позиціях з витягнутих ніг. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух. Port de bras підготовче.

Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Pas saute по I позиції.

Музичний розмір: 4/4, 2 такти або 2/4, 4 такти.

2.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (48 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю. Ознайомлення з поняттям «en face».

Практична частина. Точки залу. Положення корпусу en face. Положення та позиції рук (підготовче положення, I, II, III позиції). Port de bras підготовче. Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Demi-plié по I-III позиціях. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух Battement tendu по I і III позиціях убік, вперед Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. Relevé на півпальцях по I прямій позиції з витягнутих ніг Музичний розмір: 4/4, 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – 2/4. Pas польки.

2.3. Allegro (18 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання allegro.

Практична частина. Temps leve saute по I, II позиціях. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. Трампліні temps saute по I вільній позиції. Музичний розмір: 4/4, 1 такт. Pas chasse. Музичний розмір: 2/4, 1 такт.

Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю (42 год.)

Теоретична частина. Українські народні танці. Історичні, географічні, релігійні та соціально-політичні передумови розвитку народного танцю. Відмінність виконань жіночих і чоловічих танців. Ліричність як основна особливість виконання жіночого танцю. Динамічність, широта руху як характерна особливість виконання чоловічого танцю.

Практична частина. Позиції ніг: відкриті (I, II, III, IV, V); прямі (I, II, III, IV, V); вільні (I, II, III, IV, V); зворотні (I, II). Позиції і положення рук: позиції рук: I, II, III, IV, V, VI, VII. положення рук: підготовче, I, II. Елементи українського народно-сценічного танцю: уклін жіночий – руки тримаються на грудях, виконується на місці або з просуванням вперед та назад; уклін чоловічий – з нахилом голови і корпусу, виконується на місці та в комбінації з кроками; одиночні та парні положення рук; вправи для рук з використанням рук та поз тіла характерних для українського народно-сценічного танцю; притупи: одинарні; подвійні; потрійні; середній «Тинок»; «Вірвовочка»; простий танцювальний крок з просуванням вперед та назад; крок з підбора; кроки-переступання на півпальцях з просуванням і поворотом (вперед, вбік, назад); перемінний крок; «Бігунець»; підготовчі вправи до присядок (вивчаються біля станка); присядка «М'ячик» (вивчається біля станка); оберти на підскоках по діагоналі; підготовка до обертів на місці.

Елементи українського народного танцю гуцульського регіону: «Тропіток»; «Чосанка»; гуцульський «Куточок з пружинкою»; бічний гуцульських хід з паузою.

Розділ 4. Постановчо-репетиційна робота (42 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд научних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів).

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях.

Розділ 5. Вистави. (2 год.)

Перегляд балетної вистави.

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного та народно-сценічного танцю;
- поняття: «en dehors», «en dedans», «en face»;
- поняття «координація», «сила м'язів», «танцювальний крок» та «розтяжка»;
- позиції ніг, рук в класичному та народно-сценічному танці;
- назви, особливості та правила виконання екзерсису біля станка та на середині залу з класичного танцю;
- назви та особливості виконання основних рухів українського народно-сценічного танцю;
- назви та особливості виконання основних танцювальних рухів Гуцульщини.

Вихованці мають вміти:

- методично правильно виконувати рухи передбачені програмою;
- узгоджувати опановані рухи з відповідним темпом і ритмом;
- виконувати танцювальні рухи та елементи відповідно до характерних особливостей музичного супроводу
- виконувати основні рухи українського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні танцювальні рухи Гуцульщини.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання вправ класичного танцю;
- виконання танцювальних рухів та елементів відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- виконання основних рухів українського народно-сценічного танцю;
- виконання основних танцювальних рухів Гуцульщини.

Основний рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Партерна гімнастика	4	26	30
1.1. Вправи на підлозі	4	26	30
Розділ 2. Елементи класичного екзерсису.	11	70	81

2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	4	23	27
2.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	4	32	36
2.3. Allegro	3	15	18
Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю	4	38	42
Розділ 4. Елементи історико-побутових танців	2	10	12
Розділ 5. Постановочо – репетиційна робота	2	40	42
Розділ 6. Вистави, творчі зустрічі	5	-	5
Підсумок	-	2	2
Разом	30	186	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Партерна гімнастика (30)

1.1. Вправи на підлозі (30 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології та особливостей виконання вправ партерної гімнастики.

Практична частина. Закріплення та удосконалення попередніх результатів. Опанування вправ, вивчених впродовж підготовчого рівня та першого року навчання: прискорюється темп виконання, збільшується кількість повторів, додаються складніші комбінації раніше вивчених вправ.

Розділ 2. Елементи класичного екзерсису (81 год.)

2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (27 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю. Ознайомлення з поняттям «passé par terre».

Практична частина. Повторення та закріплення навичок виконання екзерсису першого року навчання. Продовження роботи над постановкою рук, ніг, корпусу, голови. Повторення і подальше опанування елементарних рухів класичного екзерсису біля станка. Позиції ніг (V позиція). Demi-plié по I-III, V позиціях. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух, у міру засвоєння – 1

такт. Grand plié по I, II позиціях. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух. Battement tendu по I-III позиціях убік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт, у другому півріччі – на 2/4. Battement tendu з demi-plié по I і III позиціях вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. Battement tendu plié-soutenu по I і III позиції вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. Passé par terre по I позиції, у другому півріччі – через demi-plié у I позиції. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Demi rond de jambe par terre. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. Battement frappé вперед, убік, назад носком у підлогу. Музичний розмір 4/4, на 2 такти кожний рух (у II півріччі). Petit battement sur le sou-de-pied (перенесення ноги рівномірне). Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння на 2/4. Relevé на півпальцях по I-III позиціях з витягнутих ніг і з demi-plié. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у другому півріччі – на 2/4. Pas de bourrée simple без переміни ніг. Музичний розмір: 2/4, 3/4, 4/4.

2.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (36 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю.

Практична частина. Засвоєння навичок виконання рухів на середині залу. Виховання елементарних навичок координації. Опанування найпростіших port de bras. Demi-plié по I-III, V позиціях. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух. Battement tendu по I і III позиціях вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. Battement tendu з demi-plié по I і III позиціях убік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. Passé par terre, у другому півріччі – через demi-plié у I позиції. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. Demi rond de jambe par terre. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. Перше port de bras. Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Pas de bourrée simple без переміни ніг. Спочатку вивчається обличчям до станка. Музичний розмір: 2/4, 3/4, 4/4. Pas польки. Pas balancé. Оберти на місці: tour на місці по I прямій позиції. Оберти по діагоналі: tour chaînés (підготовка).

2.3. Allegro (18 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання allegro.

Практична частина. Засвоєння навичок виконання стрибків з двох ніг на обидві ноги. Temps levé sauté по II та V позиції. Музичний розмір: 4/4. Pas eclairé по II позицію. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Pas chassé убік по III позиції.

Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю (42 год.)

Теоретична частина. Лексичні особливості народного танцю різних регіонів України. Загальна характеристика народного танцю.

Практична частина. Елементи українського народно-сценічного танцю: положення рук у групових танцях (виконавці стоять пліч-о-пліч); вправи для рук; «Віршовочка» з участю рук; «Тинок» з участю рук; «Вихилясник»; «Вихилясник» в оберті; «Упадання» на місці та з просуванням; підготовчі вправи до «Голубців» (вивчаються біля станка); присядка (біля станка); «Повзунець» з опорою на руку; «Розніжка» на підлозі; оберти по діагоналі; оберти на місці. Елементи українського народного танцю гуцульського регіону: маленький, дрібний «Тропіток»; «Увиванець»; «Трясунка»; гуцульський крок; присядки у гуцульському характері; оберти у гуцульському характері. Елементи білоруського народно-сценічного танцю: основний хід білоруського танцю «Лявониха»; «Притуп»; «Галоп»; «Полька дрібна»; «Хід з вибиванцями».

Розділ 4. Елементи історико-побутових танців (12 год.)

Теоретична частина. Відмінності танців XVI та XVIII сторічч. Історія виникнення танців «Бранль» та «Полонез». Зміст танців і танцювальних образів.

Практична частина. Виконання основних рухів танців «Бранль» та «Полонез».

Розділ 5. Постановчо-репетиційна робота (42 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь вконцертах, конкурсних програмах та фестивалях.

Розділ 6. Вистави, творчі зустрічі. (5 год.)

Перегляд балетної вистави. Відвідування виставки, присвяченої історії хореографії.

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного, народно-сценічного та історико-побутового танцю у обсязі, передбаченому даним роком навчання;
- поняття «passé par terre»;
- назви опанованих рухів, мету і завдання кожного з них;
- вправи класичного танцю, які виконуються обличчям до станка, згідно програми;
- вправи класичного танцю, які виконуються на середині залу;
- назви танцювальних рухів та елементів українського народно-

- сценічного танцю;
 - назви танцювальних рухів Гуцульщини, їх характерні особливості виконання.

Вихованці мають вміти:

- методично правильно виконувати рухи, передбачені програмою, свідомо дотримуватись правил;
- поєднувати рухи ніг із найпростішими рухами рук;
- узгоджувати опановані рухи з характером музичного супроводу;
- виконувати основні рухи українських народно-сценічних танців;
- виконувати основні рухи народного танцю Гуцульщини;
- виконувати основні рухи білоруського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи російського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи історико-побутового танцю;
- виконувати танцювальні комбінації та етюди на основі вивченого матеріалу.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання рухів, передбачених програмою;
- узгоджування опанованих рухів з характером музичного супроводу;
- виконання основних рухів українських народно-сценічних танців;
- виконання основних рухів народного танцю Гуцульщини;
- виконання основних рухів білоруського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів історико-побутового танцю;
- виконання танцювальних комбінацій та етюдів на основі вивченого матеріалу.

Основний рівень, третій рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	3	-	3
Розділ 1. Партерна гімнастика	4	32	36
1.1. Вправи на підлозі	4	32	36
Розділ 2. Елементи класичного екзерсису	11	124	135
2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	4	50	54

2.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	4	41	45
2.3. Allegro	3	33	36
Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю	4	41	45
Розділ 4. Елементи історико-побутових танців	2	25	27
Розділ 5. Постановочно-репетиційна робота	3	66	69
Розділ 6. Вистави, творчі зустрічі	6	-	6
Підсумок	-	3	3
Разом	33	291	324

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (3 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Партерна гімнастика (36 год.)

1.1. Вправи на підлозі (36 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання вправ партерної гімнастики.

Практична частина. Закріплення та удосконалення результатів досягнутих в попередні роки. Продовжується опанування вправ вивчених впродовж підготовчого рівня та першого і другого років навчання, але прискорюється темп виконання, збільшується кількість повторів, ускладнюються комбінації вивчених рухів.

Розділ 2. Елементи класичного екзерсису (135 год.)

2.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (54 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю.

Практична частина. Повторення та закріплення екзерсису другого року навчання. Завершення формування екзерсису біля станка. Введення елементарного поєднання рухів з метою розвитку координації. Розвиток сили ніг за рахунок засвоєння нових елементів, збільшення обсягу комбінацій. Під час вивчення класичного екзерсису біля станка впродовж першого півріччя гуртківці тримаються двома руками за палку, у другому півріччі заняття проводяться однією рукою за станок. Позиції ніг (IV позиція). Demi-plié по IV

позиції. *Battement tendu* по V позиції вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт, у другому півріччі – на 2/4. *Battement tendu demi-plié* по V позиції вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. *Battement tendu jeté* по I і V позиціях вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4, 1 такт, у другому півріччі – на 2/4. *Temps relevé par terre* (preparation до *rond de jambe par terre en dehors* і *en dedans*). Музичний розмір: 4/4, 1 такт або 3/4, 2 такти. *Rond de jambe par terre en dehors* і *en dedans*. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. *Battement soutenu* у сторону, вперед, назад носком у підлогу на всій стопі. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух. *Battement relevé lent* на 45° в усіх напрямках по I і V позиції. У другому півріччі – на 90° в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух. *Battement fondu* вбік, вперед, назад носок на підлогу. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух. *Battement frappé* вбік, вперед, назад носком у підлогу. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у другому півріччі – на 2/4. *Battement frappé* на 45° в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у другому півріччі – на 2/4. *Petit battement sur le cou-de-pied* із акцентом вперед і назад. Музичний розмір: 2/4. *Rond de jambe en l'air*. Підготовча вправа – згинання і розгинання ноги, відкритої на 45° убік. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух. *Battement retiré*. Музичний розмір: 4/4, на 2 такти кожний рух, у міру засвоєння – на 4/4. *Grand battement jeté* в усіх напрямках по I і V позиціях. Музичний розмір: 2/4, на 1 такт кожний рух. *Relevé* на півпальці по V позиції з витягнутих ніг і *demi-plié*. Музичний розмір: 4/4, 1 такт. *Pas de bourrée simple* зі зміною ніг. Музичний розмір: 2/4, 3/4, 4/4. Перегинання корпусу *port de brass* вбік і назад по I позиції, стоячи обличчям до станка (виконуються у кінці екзерсису). Музичний розмір: 4/4.

2.2 . Екзерсис на середині залу з класичного танцю (45 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю. Ознайомлення з поняттям «*éroulement*».

Практична частина. Подальше опанування рухів екзерсису на середині залу. Вивчення і засвоєння поз класичного танцю. Розвиток елементарних навичок координації у вправах на середині залу. *Battement tendu* по V позиції вбік, вперед. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. *Battement tendu* із *demi-plié* по V позиції вбік, вперед. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. *Battement tendu jeté* по I позиції вбік. Музичний розмір: 2/4. *Rond de jambe par terre en dehors* і *en dedans*. Музичний розмір: 4/4, 2 такти, у міру засвоєння – 1 такт. *Battement frappé* вбік носок на підлогу. Музичний розмір 4/4. *Pas de bourrée simple* зі зміною ніг. Музичний розмір: 2/4, 3/4, 4/4. Друге, третє *port-de-bras*. Музичний розмір: 4/4, 4 такти або 3/4, 8 тактів. Подальше вивчення обертів по діагоналі: - *tour chaines*.

2.3. Allegro (36 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання *allegro*.

Практична частина. Закріплення навичок виконання вивчених стрибків і опанування нових. Pas écharré по II позиції. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Pas chassé вбік по III позиції. Petit pas chassé в усіх напрямках. Pas assemblé вбік. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Pas glissade вбік. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Pas de basque (сценічна форма).

Розділ 3. Елементи народно-сценічного танцю (45 год.)

Теоретична частина. Українські народні танці. Історичні, географічні, релігійні та соціально-політичні передумови розвитку народного танцю. Відмінність виконань жіночих і чоловічих танців. Ліричність як основна особливість виконання жіночого танцю. Динамічність, широта руху як характерна особливість виконання чоловічого танцю.

Практична частина. Позиції ніг: відкриті (I, II, III, IV, V); прямі (I, II, III, IV, V); вільні (I, II, III, IV, V); зворотні (I, II). Позиції і положення рук: позиції рук: I, II, III, IV, V, VI, VII. положення рук: підготовче, I, II. Елементи українського народно-сценічного танцю: уклін жіночий – руки тримаються на грудях, виконується на місці або з просуванням вперед та назад; уклін чоловічий – з нахилом голови і корпусу, виконується на місці та в комбінації з кроками; одиночні та парні положення рук; вправи для рук з використанням позицій рук та поз тіла характерних для українського народно-сценічного танцю; притупи: одинарні; подвійні; потрійні; середній «Тинок»; «Віршовочка»; простий танцювальний крок з просуванням вперед та назад; крок з підбора; кроки-переступання на півпальцях з просуванням і поворотом (вперед, вбік, назад); перемінний крок; «Бігунець»; підготовчі вправи до присядок (вивчаються біля станка); присядка «М'ячик» (вивчається біля станка); оберти на підскоках по діагоналі; підготовка до обертів на місці. Елементи українського народного танцю гуцульського регіону: «Тропіток»; «Чосанка»; гуцульський «Куточок з пружинкою»; бічний гуцульських хід з паузою.

Розділ 4. Елементи історико-побутових танців (27 год.)

Теоретична частина. Відмінності танців XVIII та XIX сторічч. Історія виникнення танців «Гавот», «Французька кадриль». Зміст танців і танцювальних образів.

Практична частина. Виконання основних рухів танців «Гавот», «Французька кадриль».

Розділ 5. Постановочно-репетиційна робота (69 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок. Зв'язок музики і танцю.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях.

Розділ 6. Вистави, творчі зустрічі (6 год.)

Перегляд балетної вистави. Відвідання виставки присвяченої історії українського костюму.

Підсумок (3 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного, народно-сценічного та історико-побутового танцю у обсязі, передбаченому даним роком навчання;
- поняття «épaulement»;
- назви тренувальних вправ біля станка, вправ та стрибків на середині залу;
- назви танцювальних рухів та елементів українського народно-сценічного танцю;
- назви танцювальних рухів народного танцю Поділля;
- назви танцювальних рухів білоруського народно-сценічного танцю;
- назви танцювальних рухів грецького народно-сценічного танцю;
- назви основних рухів історико-побутового танцю.

Вихованці мають вміти:

- застосовувати набуті вміння і навички при виконанні вправ різних частин уроку;
- самостійно опрацьовувати навчальний матеріал;
- виконувати тренувальні вправи біля станка та на середині залу;
- створювати образи, відтворювати характер рухів народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи українського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи народного танцю Поділля;
- виконувати основні рухи білоруського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи грецького народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи історико-побутового танцю;
- виконувати танцювальні комбінації, та етюди.

Вихованці мають набути досвід:

- застосування набутих знань, вмінь та навичок при виконанні вправ різних частин уроку;
- виконання танцювальних рухів та елементів українського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів народного танцю Поділля;

- виконання основних рухів білоруського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів грецького народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів історико-побутового танцю.

Основний рівень, четвертий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Елементи класичного екзерсису	12	153	165
1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	5	70	75
1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	4	46	50
1.3. Allegro	3	37	40
Розділ 2. Елементи народно-сценічного танцю	4	46	50
Розділ 3. Елементи історико-побутових танців	2	28	30
Розділ 4. Постановочно-репетиційна робота	4	96	100
Розділ 5. Вистави, творчі зустрічі	10	-	10
Підсумок	-	3	3
Разом	34	326	360

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Елементи класичного екзерсису (165 год.)

1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (75 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил

виконання екзерсису біля станка з класичного танцю.

Практична частина. Навчальні комбінації виконуються тримаючись однією рукою за палку з правої та лівої ноги. Спочатку положення голови – en face (прямо), надалі – згідно з правилами переведення голови, напрямками повороту голови та погляду. Впродовж четвертого року навчання відбувається повторення вивчених вправ зі збільшенням силового навантаження за рахунок ускладнення комбінацій. Початкове ознайомлення з технікою півобертів на двох ногах. Продовжується робота над розвитком координації. Demi-plié та grand plié по IV позиції. Музичний розмір: 4/4. Battement tendu pour le pied (double battement tendu) по I і V позиціях: із опусканням п'яти в II позицію; із demi-plié в II позицію; Музичний розмір: 4/4, 1 такт, у другому півріччі – на 2/4 кожний рух. Battement tendu jeté з demi-plié по I і V позиціях вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 2/4. Battement tendu jeté piqué по I і V позиціях вбік, вперед, назад. Piqué – на 1/4 кожне. Музичний розмір: 2/4. Rond de jambe par terre en dehors і en dedans на demi-plié. Музичний розмір: 4/4. Demi rond de jambe на 45° en dehors і en dedans на всій стопі. Музичний розмір: 4/4. Battement soutenu носком у підлогу і на 45° з підніманням на півпальці Музичний розмір: 4/4. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Relevé на півпальцях з витягнутих ніг і demi-plié з працюючою ногою, зігнутою на sur le sou-de-pied. Музичний розмір: 4/4. Battement fondu на 45° вбік, вперед, назад. Музичний розмір: 4/4. Battement double frappé носком у підлогу в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Pas tombé на місці, інша нога у положенні sur le sou-de-pied. Pas coupé на всю стопу. Battement développé на 90° в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4, 2 такти. Battement développé passé в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Grand battement jeté pointé в усіх напрямках. Музичний розмір: 2/4. Pas de bourrée suivi по I і V позиціям. Музичний розмір: 2/4, 3/4, 4/4. Напівоберти по V позиції до станка і від нього зі зміною ніг на півпальцях, починаючи з витягнутих ніг чи з demi-plié. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний поворот. Relevé з ногою, піднятою на 45°. Музичний розмір: 4/4. Перше і третє port de bras як завершення до різних вправ. Музичний розмір: 3/4. Розтяжка біля станка з port de bras з рукою у III позиції. Музичний розмір: 3/4.

1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (50 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю. Ознайомлення з поняттями: маленькі та великі пози («croisée», «effacée», «I, II arabesques»).

Практична частина. Вправи на середині залу виконуються в позах. Demi-plié в IV позиції. Музичний розмір: 4/4. Grand plié по I, II позиціях en face, у другому півріччі – по V позиції en face і épaulement. Музичний розмір: 4/4. Battement tendu pour le pied (double battement tendu) по I і V позиціях: із опусканням п'яти в II позицію; із demi-plié в II позицію. Музичний розмір: 4/4. Battement tendu jeté по I і V позиціях в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Battement tendu jeté piqué в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Temps relevé

par terre en dehors i en dedans. Музичний розмір: 4/4. Battement fondu носок на підлогу в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Battement soutenu носок на підлогу в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Battement frappé носок на підлогу в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Battement double frappé вбік носок на підлогу. Музичний розмір: 2/4. Petit battement sur le cou-de-pied (перенесення ноги рівномірне). Музичний розмір: 2/4. Виконання рухів у маленьких та великих позах: croisée, effacée, I, II arabesques (вивчаються в положенні носок на підлогу). Battement relevé lent на 45° в усіх напрямках. Музичний розмір: 4/4. Temps lié par terre вперед і назад. Трете port de bras. Музичний розмір: 4/4. Оберти на місці по III, V позиціях. Підготовка до обертів по IV позиції. Вивчення tours по діагоналі: tours pique; tour chaines.

1.3. Allegro (40 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, особливостей та правил виконання вправ allegro.

Практична частина. Temps levé sauté в IV позиції. Музичний розмір: 4/4. Pas assemblé вперед і назад у позах. Музичний розмір: 4/4. Pas glissade вперед і назад у позах. Музичний розмір: 2/4. Sissonne simple. Pas jeté. Музичний розмір: 2/4, на 2 такти кожний рух. Pas échappé в IV позицію. Музичний розмір: 4/4, на 1 такт кожний рух, у міру засвоєння – на 2/4. Sissonne ouverte en face із завершенням носком у підлогу в усіх напрямках. Музичний розмір: 2/4.

Розділ 2. Елементи народно-сценічного танцю (50 год.)

Теоретична частина. Назви та особливості виконання танцювальних рухів та елементів українського народно-сценічного танцю. Польські народні танці «Полонез», «Краков'як», «Мазурка» як широко поширені танці в оперних і балетних виставах. Сценічна мазурка. Витоки сценічної мазурки. Особливості жіночої та чоловічої манери виконання мазурки. Відображення найбільш характерних національних рис польських танців в танці «Краков'як». Тарантела як основа італійського сценічного танцю. Близькість сценічної та народної тарантели. Життєрадісний і темпераментний характер танцю. Основні вимоги до виконання сценічної тарантели, поширені помилки. Подібність і відмінність чоловічого і жіночого танців.

Практична частина. Виконання комбінацій та танцювальних етюдів на основі вивченого матеріалу з українського народно-сценічного танцю. Повторення та засвоєння нових положень рук у парних танцях. Елементи українського народного танцю волинського та поліського регіонів: основні положення рук, ніг, голови, корпусу; поєднання рук у парі, масі; найбільш поширені положення в танцях: чоловічі, жіночі; основні рухи танців «Поліська полька», «Ойра», «Шалантух», «Волинська полька», «Волинська кадрили». Основні елементи польського народно-сценічного танцю: основні положення рук та ніг; основні кроки танців «Полонез», «Краков'як», «Мазурка», «Оберек»; «Ключі»; «Голубці»; «Перебори». Основні елементи італійського народно-сценічного танцю: положення рук, володіння тамбурином; основний хід - танцювальний біг "Тарантели": відкидаючи ногу назад навхрест (pas

emboités), з виносом ноги вперед (pas ballonné); перескоки з ноги на ногу: з ударом носком, з переводом стопи з носка на каблук, з просуванням на опорній нозі, з одним і двома підскоками на опорній нозі, pas glissade і pas jeté; потрійні перескоки з ноги на ногу: на місці, з просуванням, у повороті; зіскоки у II позицію (pas echappé), стрибки у позах; оберти: сольні (переступання у напівприсіданні, на підскоках), на підскоках у парі, при зміні місцями у парі.

Розділ 3. Елементи історико-побутових танців (30 год.)

Теоретична частина. Особливості становлення танцювального мистецтва XIX сторіччя. Історія виникнення танцю «Вальс». Зміст танців і танцювальних образів.

Практична частина. Pas вальсу та перебудови в різних малюнках.

Розділ 4. Постановочно-репетиційна робота (100 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок. Зв'язок музики і танцю. Хореографія очима видатних художників.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару.

Розділ 5. Вистави, творчі зустрічі (10 год.)

Перегляд балетних вистав.

Підсумок (3 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного, народно-сценічного та історико-побутового танцю у обсязі, передбаченому даним роком навчання;
- поняття: «croisée», «effacée», «I, II arabesques»;
- назви тренувальних вправ біля станка та на середині залу;
- назви танцювальних елементів, вправ та комбінацій українського народно-сценічного танцю;
- назви танцювальних елементів, вправ та комбінацій польського народно-сценічного танцю; назви танцювальних елементів, вправ та комбінацій італійського народно-сценічного танцю;
- назви основних рухів історико-побутового танцю.

Вихованці мають вміти:

- правильно виконувати рухи класичного танцю (згідно з програмою);
- володіти необхідними прийомами координації для виконання

елементарних комбінацій;

виконувати вправи *allegro*, сполучаючи різні за способом приземлення рухи;

- виконувати основні рухи українського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи польського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи італійського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи історико-побутового танцю.

Вихованці мають набути досвід:

- правильного виконання рухів класичного танцю (згідно з програмою);
- виконання основних рухів українського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів польського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів італійського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів історико-побутового танцю.

Вищий рівень, перший рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Елементи класичного екзерсису	9	177	186
1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	4	62	66
1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	3	69	72
1.3. <i>Allegro</i>	2	46	48
Розділ 2. Елементи народно - сценічного танцю	4	44	48
Розділ 3. Елементи сучасного танцю	3	45	48
Розділ 4. Постановочно-репетиційна робота	3	129	132
Розділ 5. Вистави, творчі зустрічі	12	-	12
Підсумок	-	4	4
Разом	33	399	432

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Елементи класичного екзерсису (186 год.)

1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (66 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю.

Практична частина. Розвиток стійкості в різноманітних поворотах і вправах на півпальцях. Введення півпальців у вправи на середині. Розвиток координації рухів, пластичності рук і корпусу в *adagio*. *Battement tendu pour batteries*. *Battement fondu*: на півпальцях; із *plié-relevé* і *demi rond de jambe* на 45° на всій стопі. *Battement double fondu* в усіх напрямках. *Rond de jambe en l'air en dehors* і *en dedans*. *Battement frappé* в усіх напрямках на півпальцях. *Battement double frappé* із *relevé* на півпальці. *Pas tombé*: із просуванням, працююча нога у положенні *sur le cou-de-pied*, носком у підлогу; на місці з півповоротом *en dehors* і *en dedans*, працююча нога у положенні *sur le cou-de-pied*. *Petit battement sur le cou-de-pied*: на півпальцях; із *plié-relevé* на всій стопі й на півпальцях. *Flic-flac*. *Battement soutenu* на 90° в усіх напрямках на півпальцях. *Demi rond de jambe* на 90° *en dehors* і *en dedans*. Третє *port-de-bras* із ногою, витягнутою на носок назад на *demi-plié* (розтяжка) без переходу з опорної ноги. Напівоберти на одній нозі *en dehors* і *en dedans* з підміною ніг. *Preparation* і *pirouettes* з V позиції *en dehors* і *en dedans*.

1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (72 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю.

Практична частина. *Battement tendu en tournant en dehors* і *en dedans* на 1/8, у другому півріччі - на 1/4 кола. *Battement tendu jeté en tournant en dehors* і *en dedans* на 1/8, у другому півріччі – на 1/4 кола. *Fouetté en dehors* і *en dedans* на 1/4 і 1/2 кола з пози в позу з носком на підлозі. *Battement fondu*: із *plié-relevé*; із *plié-relevé* і *demi rond de jambe* на 45° на всій стопі. *Battement soutenu* на 45° на всій стопі у всіх напрямках. *Demi rond de jambe* на 90° *en dehors* і *en dedans*. *Battement développé* у всіх напрямках і великих позах. *Battement développé passé en face*. *Grand battement jeté pointé en face*. Третє *port-de-bras* із ногою, витягнутою на носок назад на *plié* (розтяжка) без переходу з опорної ноги. *Pas de bourrée ballotté* на *croisé* і *effacé* носком у підлогу і на 45°. *Pirouettes* з V, II, IV позицій *en dehors* і *en dedans*. Повороти на 360° у V позиції зі зміною ніг, починаючи із витягнутих ніг і *demi-plié*. *Relevé* на півпальці з ногою у положенні *sur le cou-de-pied* і на 45°. *Pas glissade en*

tournant на 1/2 кола. Pas de bourrée en tournant en dehors і en dedans.

1.3. Allegro (48 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання вправ allegro.

Практична частина. Petit і grand changement de pieds en tournant на 1/8, 1/4 та 1/2 оберту. Pas échappé у II позицію en tournant на 1/4 оберту. Pas échappé у II позицію із закінченням на одну ногу, інша у положенні sur le cou-de-pied. Petit і grand échappé в IV позицію на croisé і effacé. Petit pas jeté вбік, уперед, назад en face та у позах. Pas-de-chat із кидком ніг уперед. Sissonne fermé в усіх напрямках у позах.

Розділ 2. Елементи народно-сценічного танцю (48 год.)

Теоретична частина. Молдавські народні танці, особливості їхнього характеру і темпераменту. Відображення праці, побуту, характеру людей в молдавських народних танцях «Молдавеняска», «Хора», «Сирбу». Основні елементи молдавських танців. Контраст у виконанні жіночих і чоловічих танців.

Практична частина. Закріплення та удосконалення результатів досягнутих в попередні роки. Елементи молдавського народно-сценічного танцю: основні позиції і положення рук у сольних і парних танцях; легкий біг, крок з підскоками, боковий крок з «підбиванням», бокова доріжка, крок вперед і назад у напівприсіданні з підйомом на півпальці, доріжка плетена; перескоки на місці з переступанням, перескоки з двох ніг на одну із однієї ноги на дві, повільний боковий крок з однієї ноги; основні рухи танцю «Молдавеняска»; колові рухи ногою, кроки з каблука назустріч один одному з наступною зміною місць, бокові кроки з підскоком; парні переходи «dos à dos», біг з почерговим відкиданням зігнутої ноги назад, кружляння в парі.

Розділ 3. Елементи сучасного танцю (48 год.)

Теоретична частина. Африкансько-американське коріння джазового танцю. Розвиток африканського танцю на американському континенті початку XVI століття. Місце джазового танцю в сучасній хореографії. Виразні засоби джаз-модерн танцю. Значення пози, жесту, міміки, пантоміми як виразних засобів у джазовому танці.

Практична частина. Джаз-модерн. Розігрів на середині: Нахили. Вправи на напруження та розслаблення. Вправи для розвитку рухливості хребта. Demi-plié у паралельних та виворітних позиціях. Крос (переміщення у просторі): Flat step. Координація flat step і голови: Нахили голови вперед-назад на кожні 2 кроки. Нахили голови вправо-вліво на кожні 2 кроки. Координація flat step із плечима: Підйом плечей угору на кожний крок. Frast вперед-назад на 2 кроки. Координація flat step із frast грудною кліткою вперед (руки у jack- pozishn).

Розділ 4. Постановчо-репетиційна робота (132 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок. Зв'язок музики і танцю. Хореографія очима видатних художників. Теорія побудови номеру.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях. Створення учасниками колективу танцювальних композицій, етюдів та фрагментів танців самостійно.

Розділ 5. Вистави, творчі зустрічі (12 год.)

Перегляд балетних вистав. Творчі зустрічі з гуртківцями інших танцювальних колективів. Творчі зустрічі з відомими танцівниками та хореографами.

Підсумок (4 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного, народно-сценічного та сучасного танцю у обсязі, передбаченому даним роком навчання;
- правила виконання тренувальних вправ біля станка та на середині залу;
- назви та правила виконання танцювальних елементів, вправ та комбінацій молдавського народно-сценічного танцю;
- назви та особливості виконання основних рухів сучасного танцю.

Вихованці мають вміти:

- виконувати рухи, передбачені програмою навчання;
- виконувати тренувальні вправи екзерсису біля станка та на середині залу;
- володіти прийомами координації, пластично і музикально поєднувати рухи в єдиний хореографічний малюнок;
- виконувати оберти з визначених програмою прийомів;
- виконувати основні рухи молдавського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи сучасного танцю;
- створювати танцювальні етюди в межах опанованого матеріалу.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання рухів, передбачених програмою навчання;
- виконання тренувальних вправ екзерсису біля станка та на середині залу;

- виконання основних рухів молдавського народно-сценічного танцю;
- створення танцювальні етюди в межах опанованого матеріалу.

Вищий рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Елементи класичного екзерсису.	8	178	186
1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	3	51	54
1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	3	81	84
1.3. Allegro	2	46	48
Розділ 2. Елементи народно-сценічного танцю	3	45	48
Розділ 3. Елементи сучасного танцю	3	45	48
Розділ 4. Постановчо-репетиційна робота	2	130	132
Розділ 5. Вистави, творчі зустрічі	12	-	12
Підсумок	-	4	4
Разом	30	402	432

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Організаційні питання: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Елементи класичного екзерсису (186 год.)

1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (54 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю.

Практична частина. Технічне ускладнення вправ біля станка. Продовження роботи над розвитком координації, пластичності при переході з пози в позу в *adagio*, виразності й музикальності виконання. *Battement développé plié-relevé* на всій стопі *en face*. *Relevé* на півпальці, працююча нога піднята у будь-якому напрямку на 90°. *Pirouette sur le cou-de-pied en dehors* і *en dedans*, починаючи з відкритої ноги вбік на 45°. *Grand rond de jambe développé en dehors* і *en dedans*. *Grand battement jeté* з *passé* по I позиції із закінченням на носок вперед або назад.

1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (84 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю.

Практична частина. *Rond de jambe par terre en tournant en dehors* і *en dedans* на 1/8 і 1/4 кола. *Battement fondu*: на півпальцях; у позах на всій стопі; - *double* на всій стопі *en face*. *Battement soutenu* на 45° на півпальцях в усіх напрямках. *Battement frappé* на півпальцях. *Petit battement sur le cou-de-pied* на півпальцях. *Rond de jambe en l'air en dehors* і *en dedans*. *Battement relevé lent* і *battement développé: plié-relevé* з ногою на 90°; з переходом з ноги на ногу у великих позах. *Demi rond de jambe développé en dehors* і *en dedans*. *Grand battement jeté* і *grand battement jeté pointé* у великих позах. *Temps lié* на 90° з переходом на всю стопу. *Трете port-de-bras* з ногою, витягнутою на носок на *plié* (розтяжка) з переходом з опорної ноги. *Pas glissade en tournant en dehors* і *en dedans* з просуванням у сторону і по діагоналі по повному оберту (2-4 рази). Виконання *port-de-bras*: п'яте *port-de-bras bras* – нога витягнута на носок вперед-назад; шосте *port-de-bras bras*. *Pirouettes en dehors* і *en dedans* із V, II, IV позицій із закінченням у IV позицію (1 оберт). *Pas de bourrie dessus-dessous en face*. Виконання обертів: *fouetté*.

1.3. Allegro (48 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання вправ *allegro*.

Практична частина. *Pas échappé* по II позиції *en tournant* на 1/2 оберта. *Temps levé* з ногою у положенні *sur le cou-de-pied*. *Double pas ssemblé*. *Pas assemblé* на 45° з просуванням в усіх напрямках. *Pas jeté* із просуванням в усіх напрямках і в маленьких позах із ногою у положенні *sur le cou-de-pied* і на 45°. *Pas-de-chat* (із кидком ніг назад). *Sissonne ouverte par développé* на 45° в усіх напрямках *en face*, у другому півріччі – у маленьких позах. *Sissonne ouverte par jeté* із просуванням. *Sissonne tombée* в усіх напрямках *en face* і в маленьких позах. *Pas ballonné* вбік, уперед, назад *en face* та в позах на місці та

з просуванням.

Розділ 2. Елементи народно-сценічного танцю (48 год.)

Теоретична частина. Іспанський народний танець як основа іспанського сценічного танцю. Вираз національного характеру в народному танці. Вплив класичного балету на манеру виконання іспанського академічного танцю. Основні відмінності виконання чоловічих і жіночих танців. Назви та особливості виконання танцювальних рухів та елементів єврейського народно-сценічного танцю.

Практична частина. Закріплення та удосконалення результатів досягнутих в попередні роки. Основні елементи іспанського народно-сценічного (академічного та народного) танцю (24 год.): позиції ніг: прямі, закриті, відкриті; позиції і положення рук: жіночі, чоловічі, рухи рук, рухи кистей: відкриті, закриті; повільний крок, подовжений крок: ковзний рух у напівприсіданні, з наступним підніманням на півпальці, зі стрибком у різні пози; кроки: крок басків: перескок з однієї ноги на другу і два невеликих кроки (з Хоті), на глибокому присіданні з прогинанням корпусу, подовжений у повороті з перегинанням корпусу, крок басків назад; крок «болеро»; бокові ковзні кроки; кроки на випадах і розвороти; потрійні переступання; стрибки: стрибок на одну ногу в сторону, стрибок на одну ногу у різні положення, стрибок з ледь зігнутими ногами, з кидком ноги назад, з підігнутими ногами, з ледь зігнутими ногами, короткі стрибки на півпальцях у різних позиціях; ходи: хід з опусканням і підніманням стегна, хід з викиданням ноги у *tirebouchon en face* і вірвовочкою; вистукування: почергові вистукування півпальцями і каблуками по I прямій позиції, крок по діагоналі вперед і назад з наступним одним або двома ударами півпальцями в підлогу іншою ногою по V вільній позиції або спереду, з відкритого кроку з відскоком назад; ритмивистукувань: одинарні, подвійні, потрійні, четвертні, повороти, опускання (випади) на коліно; перегинання тулуба по колу

Розділ 3. Елементи сучасного танцю (48 год.)

Теоретична частина. Взаємозв'язок та вплив сучасної джазової музики на подальший розвиток джазового танцю. Модерн танець - причина виникнення. Перші виконавці танцю модерн. Злиття танцю модерн і джазового танцю.

Практична частина. Партер : вправи для розвитку рухливості хребта: в положенні *frog pozishn* округлення та випрямлення спини; *bounce*, нахили спини; відкидання назад, зберігаючи витягнуте положення спини. Вправи *stretch* характеру: *battement developpe* з положення *frog pozishn* вперед та вбік; *bounce* торсом вперед, ноги у I позиції; лягти на спину поступово, опускаючи хребець за хребцем, підвестися з голови; лежачи на спині, *grand battement* вперед догори, з підніманням *pelvis*, з підніманням *pelvis* та голови; сидючи по II позиції ніг, II позиції рук: *construction* з диханням; *low back* у *frog pozishn*; *construction-release* у положенні сидючи на колінах, у положенні з опорою на коліно та кисті. Ізоляція. Голова: «квадрат»; *zundari* – «хрест»; *swing* півкола

та повне коло. Плечі: підйом одного або двох плечей угору; опустити вниз плечі, кисть – flex; півколо плечима назад та у зворотньому напрямку; twist плечима, кисть – jazz hand; руки перед торсом, у V позиції попереду, опустити руки; півколо одним плечем, з'єднуючи з невеликим drop торса вперед, коліна зігнуті, підйом на півпальці. Грудна клітка: frast вліво-вправо – руки у II позиції, потім поступово опускаючи руки донизу; різкий рух ліктями назад, грудна клітка вперед, pelvis назад; опозиційний рух: руки вперед, грудна клітка назад, pelvis вперед; Руки: руки перед грудьми, опустити лікті вниз, витягнути руки догори, перевести вбік (II позиція); повторити все у зворотньому напрямку; кожна рука окремо, потім ліва рука доганяє праву. Pelvis: «хрест», кисть jazz hand; «квадрат»; підйом стегна угору (hip lift); frast pelvis вперед, сінкоповано назад-вперед-назад; повторити з акцентом назад, вправо та вліво. Координація: Demi-plié, plié-relevé по out та паралельним позиціям. Battement tendu вперед з demi-plié по IV паралельній позиції «хрестом». Grand-plié з I out-позиції у II паралельну позицію, витягнути коліна та flat back. Вправи перейняті з уроку класичного танцю. Вправи на розігрів стопи та гомілки. Крос (переміщення у просторі): Крок через ковзання всією стопою по підлозі, до витягнутого носка. Крок з носка з опозиційним рухом рук на всій стопі і на demi-plié. Крок в demi-plié з twist торса. Triplet. Triplet із опозиційним рухом рук. На tomber рука піднімається до I позиції, коли кроки на півпальцях – руки вільно розхитуються вперед-назад. Sauté по out та паралельних позиціях.

Розділ 4 Постановочно-репетиційна робота (132 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок. Зв'язок музики і танцю. Теорія побудови хореографічного номеру.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях. Створення танцювальних комбінацій, етюдів та хореографічних композицій учасниками колективу.

Розділ 5. Вистави, зустрічі, екскурсії (12 год.)

Перегляд балетних вистав. Творчі зустрічі з гуртківцями інших танцювальних колективів. Творчі зустрічі з відомими танцівниками та хореографами.

9. Підсумок (4 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного, народно-сценічного та сучасного танцю у

обсязі передбаченому даним роком навчання;

- вправи класичного екзерсису згідно з програмою біля станка та на середині;
- прийоми виконання поз, рухів із різноманітним емоційним наповненням;
- відповідні приклади в текстах певної балетної вистави;
- назви танцювальних елементів, вправ та комбінацій іспанського народно-сценічного танцю;
- назви основних рухів сучасного танцю.

Вихованці мають вміти:

- впевнено дотримуючись правил, виконувати вправи, передбачені програмою;
- розподіляти силове навантаження у технічно складних рухах, allegro;
- створювати танцювальні етюди в межах опанованого матеріалу, свідомо підходячи до відповідності музичного і хореографічного тексту;
- аналізувати побачені концертні номери, фрагменти або балетні вистави на рівні здобутих знань і вмінь;
- виконувати основні рухи іспанського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи єврейського народно-сценічного танцю;
- виконувати основні рухи сучасного танцю.

Вихованці мають набути досвід:

- розподілу силового навантаження у технічно складних рухах, allegro;
- виконання основних рухів іспанського народно-сценічного танцю;
- виконання основних рухів єврейського народно-сценічного танцю;
- основних рухів сучасного танцю;
- самостійного створення комбінації, етюдів та хореографічних композицій.

**Вищий рівень, третій рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Елементи класичного екзерсису.	8	207	216
1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю	3	63	66
1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю	3	92	96
1.3. Allegro	2	52	54
Розділ 2. Елементи сучасних танців	3	57	60
Розділ 3. Постановочно-репетиційна робота	3	135	138
Розділ 4. Вистави, творчі зустрічі	12	-	12
Підсумок	-	4	4
Разом	28	404	432

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.).

Організаційні заняття: ознайомлення з розкладом занять, технікою безпеки в танцювальному класі.

Розділ 1. Елементи класичного екзерсису (216 год.)

1.1. Екзерсис біля станка з класичного танцю (66 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису біля станка з класичного танцю.

Практична частина. Удосконалення виконавського рівня. Продовження роботи над виразністю, образністю танцю, самостійністю танцювального мислення. Grand rond de jambe jeté en dehors і en dedans. Flic-flac en tournant на 180° en dehors і en dedans. Battement développé plié-relevé: в

позах; *demi rond de jambe* із пози в позу. *Grand battement jeté passé* в усіх напрямках. *Grand battement jeté développé* (м'який) на всій стопі. Поворот *fouetté en dehors* і *en dedans* на 1/4 і 1/2 кола з ногою, піднятою на 45°, прийомом *tour lent*. *Pirouette sur le cou-de-pied en dehors* і *en dedans*, починаючи з відкритої ноги вбік на 45°.

1.2. Екзерсис на середині залу з класичного танцю (96 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів, особливостей та правил виконання екзерсису на середині залу з класичного танцю.

Практична частина. *Rond de jambe* на 45° *en dehors* і *en dedans* на *demi-plié*. *Pas-de-bourrée dessus-dessous en tournant en dehors en dedans*. *Temps lié* з *pirouette*. *Grand rond de jambe développé en dehors* і *en dedans en face* та з пози у позу на всій стопі. *Pirouette* з V, II, IV позиції *en dehors* і *en dedans*. *Tours chainés* в швидкому темпі на 1/8 (4 оберти). *Pirouette en dehors* з V позиції по одному місці поспіль (4-6 разів).

1.3. Allegro (54 год.)

Теоретична частина. Вивчення термінології, послідовності рухів та особливостей та правил виконання вправ *allegro*.

Практична частина. *Changement de pieds en tournant* по цілому оберту. *Temps lié sauté*. *Grand sissonne ouverte* у всіх напрямках і позах без просування, у другому півріччі – з просуванням. *Grand pas emboité* із просуванням по діагоналі. *Sissonne fondu* на 90° в усіх напрямках і позах (у другому півріччі). *Échappé-battu* з ускладненою заноскою.

Розділ 2. Елементи сучасних танців (60 год.)

Теоретична частина. Структура побудови тренажу джаз-модерн танцю. Збагачення виразних засобів джаз модерн танцю елементами національних культур різних країн світу. Вплив фольклорних культур на танець. Взаємний зв'язок з іншими видами сучасної хореографії та іншими жанрами хореографічного мистецтва.

Практична частина. Вправи на розігрів стопи та гомілки (*flex*, *point*, коло). У положенні *frog-pozishn* підняти *pelvis* угору, спираючись на руки. *Twist* плечима опускаючись на спину, продовжуючи *twist*, підняти. Лежачи на спині, притиснути коліно до грудей, розвернути ногу, не відриваючи коліно. «Берізка» – «плуг». Лежачи на спині робити заноски. Лежачи на спині, підняти ноги вгору, зігнути у колінах, завести вправо від корпусу, лопатки на підлозі, потім вліво. Сидячи у II позиції ніг *twist* і нахил торса до правої ноги плечима, нахил торса *en face* вперед, повторити вліво. Сидячи у II позиції ніг, підняти злегка праву ногу вгору, зробити два кола, те ж саме лівою ногою. Стоячи на колінах, відхилитися торсом назад, спина рівна, голова прямо. Сидячи на підлозі між колін, руки на щиколотках ніг, підняти *pelvis* угору, корпус прогнути. Лежачи на животі, руками підняти ноги догори, прогнутись - «лебідь». Комбінації з використанням рухів перейнятих

з класичного танцю: з *demi-plié* нахили корпусу вперед, спина кругла, лікті з'єднати попереду; перевести торс у положення *flat back*, лікті вбік; витягнути коліна; підняти торс; комбінація *battement tendu* та *battement tendu jeté* на 45° «хрестом» у паралельній та виворітній позиціях; комбінація *battement tendu jeté* з *demi-plié* вперед, назад, вбік обома ногами; *pas de bas* у виворітному положенні, у паралельному положенні; «замкнене положення»; трамплінне *demi-plié* по IV паралельній позиції, закидання ноги через *developpé* вперед;

теж саме вбік, але стопи та коліна – в IV паралельній позиції. Крос (переміщення у просторі). Удар подушечкою стопи або п'ятою попереду, крок. *Flick* правою ногою вздовж стопи лівої ноги, крок правою ногою. *Flick* правою ногою, удар подушечкою стопи попереду, крок, теж з іншої ноги. Крок правою ногою вперед, одночасно правим стегном поштовх вправо, теж з лівої ноги. Крок по паралельній позиції, руки зігнуті у ліктях, пальці – в кулак, кисті на рівні плечей. Крок правою ногою вперед, *demi-plié* на правій нозі, руки розгинаються у ліктях. Крок правою ногою вперед. Півпальці на правій нозі одночасно ліва нога на *passé* (паралельно), торс вперед, груди торкаються лівого коліна, руки з II позиції повертаються кулаками у середину, лікті до гори. Крок правою ногою праворуч, крок лівою ногою праворуч навхрест перед правою ногою, знову правою ногою праворуч, приставити ліву ногу до правої ноги. Кроки виконуються з пружинним згинанням колін, руки можуть свінгово розхитуватись. Крок правою ногою праворуч, крок лівою ногою праворуч навхрест перед правою ногою, одночасно півоберт *en dedans*. Крок правою ногою вправо та виконати другий півоберт *en dedans*. Приставити ліву ногу до правої ноги. Вправа на розслаблення Розслаблено скинути торс уперед, зробити видих. На вдиху підняти торс. Танцювальні комбінації та етюди на основі вивченого матеріалу.

Розділ 3. Постановочно-репетиційна робота (138 год.)

Теоретична частина. Бесіди про видатних хореографів. Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення вражень від побачених постановок. Теоретичні аспекти драматургічної побудови номеру.

Практична частина. Постановка та вивчення номерів із концертного репертуару. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях. Створення учнями хореографічних комбінацій, етюдів та танцювальних композицій із залученням різних видів хореографічного мистецтва. Творча імпровізація на задану тему.

Розділ 4. Вистави, творчі зустрічі(12 год.)

Перегляд балетних вистав. Творчі зустрічі з гуртківцями інших танцювальних колективів. Творчі зустрічі з відомими танцівниками та хореографами.

8. Підсумок (4 год.)

Підбиття підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію класичного та сучасного танцю у обсязі, передбаченому даним роком навчання;
- назви основних рухів сучасного танцю;
- можливості та засоби виразності класичного танцю, спрямовані на передачу різноманітних почуттів,
- теоретичні аспекти драматургічної побудови номеру.

Вихованці мають вміти:

- виконувати вправи класичного танцю, забезпечуючи належний виконавський рівень;
- володіти різноманітними прийомами координації, які б забезпечили максимальну якість і виразність виконання;
- поєднувати рухи класичного танцю з іншими видами хореографії;
- виконувати основні рухи сучасного танцю;
- вільно імпровізувати на визначену тему;
- створювати хореографічні комбінації, етюди та танцювальні композиції із залученням різних видів хореографічного мистецтва.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання вправ класичного танцю, забезпечуючи належний виконавський рівень;
- володіння різноманітними прийомами координації, які б забезпечили максимальну якість і виразність виконання;
- виконання основних рухів сучасного танцю;
- поєднання рухів класичного танцю з іншими видами хореографії, імпровізації на визначену тему.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ

- хореографічні станки з двома палицями (гладко відполірованими, круглими, діаметром 5-6 см., з відстанню від стіни 30 см.; укріпленими на металевих кронштейнах, з відстанню від підлоги 65 та 85 см.; проміжок між кронштейнами становить 2,5 м.);
- кімнати для перевдягань;
- фортепіано або рояль;
- магнітофон та фонограми;
- концертні костюми.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волынский А. Л. Книга ликований. Азбука классического танца / А. Л. Волынский. – С.Пб. : Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2008. – 352 с.
2. Зихлинская Л. Р. Десять уроков классического танца: [для педагогов ст. кл. хореогр. училищ] — К. : Сталь, 2008. — 113с.
3. Зихлинская Л., Мей В. Первые шаги. Примеры уроков для молодых педагогов профессиональных хореографических училищ: Практик. пособие по методике преподавания классич. танца в мл. классах (первый год обучения) К.:Логос, 2003. - 360 с.: илл.
4. Конценції художньо-естетичного виховання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах (наказ МОН України та НАПН України від 25.02.2004 року №151/11).
5. Лист Інституту інноваційних технологій і змісту освіти № 14.1/10-1685 від 05.06.2013 «Про методичні рекомендації щодо змісту та оформлення навчальних програм з позашкільної освіти».
- 12.Методика викладання народно-сценічного танцю. – Частина друга / В. Ф. Володько : Навчально-методичний посібник. – К. : ДАКККіМ, 2003. – 123 с.
13. Методика викладання народно-сценічного танцю. – Частина перша / В. Ф. Володько : Навчально-методичний посібник. – К. : ДАКККіМ, 2002. – 80 с.
- 14.Методика викладання класичного танцю в школі: Методичні рекомендації / Укл. Л. Ю. Цветкова. - К. : ІЗМН, 1998. - 76 с.
- 15.Мойсенюк Н. С. Педагогіка: Навчальний посібник - К. : 2001. - 608 с.
- 16.Наказ Міністерства освіти і науки України № 676 від 22.07.2008 «Про затвердження Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України».
- 17.Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. - М. : ВЦХТ, 1998.
- 19.Система хореографічного виховання у школах і позашкільних закладах : методический материал / А. П. Тараканова ; Міністерство освіти України, Ін-т змісту і метод. навч. - Київ : ІЗМН, 1996. - 284 с
- 20.Тараканова А. П. Танцюйте з нами. Навчально-методичний посібник для викладачів хореографії 1-4 класів загальноосвітніх і керівників хореографічних гуртків початкового рівня позашкільних навчальних закладів – Вінниця: НОВА КНИГА, 2010. – 160 с., нот, іл.
- 21.Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю. Підручн. - 2-е вид. - К. : Альтерпрес, 2007. - 324 с. : іл.
22. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - СПб. : Издательство «Лань», 2002. - 192 с.
- 23.Волынский А. Л. Книга ликований. Азбука классического танца / А. Л. Волынский. – С.Пб. : Издательство «Лань»; «Издательство

- ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2008. – 352 с.
24. Зайцев С. В. Основы народно-сценичного танцю : Навчальний посібник для вищих навчальних закладів культури і мистецтв I-IV рівнів акредитації / С. В. Зайцев, Ю. В. Колесниченко. - Вінниця : Нова книга, 2007. - 416 с. : фото, рис.
25. Зихлинская Л. Р. Десять уроков классического танца: [для педагогов ст. кл. хореогр. училищ] — К. : Сталь, 2008. — 113с.
26. Зихлинская Л., Мей В. Первые шаги. Примеры уроков для молодых педагогов профессиональных хореографических училищ: Практик. пособие по методике преподавания классич. танца в мл. классах (первый год обучения) К.:Логос, 2003. - 360 с.: илл.
27. Методика викладання народно-сценичного танцю. – Частина друга / В. Ф. Володько : Навчально-методичний посібник. – К. : ДАКККіМ, 2003. – 123 с.
28. Методика викладання народно-сценичного танцю. – Частина перша / В. Ф. Володько : Навчально-методичний посібник. – К. : ДАКККіМ, 2002. – 80 с.
29. Тараканова А. П. Танцюйте з нами. Навчально-методичний посібник для викладачів хореографії 1-4 класів загальноосвітніх і керівників хореографічних гуртків початкового рівня позашкільних навчальних закладів – Вінниця: НОВА КНИГА, 2010. – 160 с., нот, іл.
30. Тарасов Н. И. Классический танец. - М. : Искусство, 1981. - 479 с.