ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Калипсо - ПРО»
УЧЕБНЫЙ ПЛАН

N п/п	**Название раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы аттестации/ контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1.	Вводное занятие	4	2	2	Инструктаж ТБ Входящая аттестация Опрос
2.	Элементы классического танца	84	4	80	Контрольные задания
3.	Элементы джаз-модерн танца	136	4	132	Контрольные задания
4.	Партерный тренаж	48	4	44	Контрольные задания
5.	Постановочная и репетиционная работа	116	4	112	Наблюдение, практическая работа
6.	Концертная и конкурсная деятельность	40	0	40	Практическая работа
7.	Заключительное занятие	4	0	4	Тестирование по теоретическим темам программы
Итого		**432**	**18**	**414**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

(1 год обучения)

N п/п	**Название раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы аттестации/ контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1	Вводное занятие	2	1	1	Инструктаж ТБ Входящая аттестация Опрос
2	Элементы классического танца	42	2	40	Контрольные задания
3	Элементы джаз-модерн танца	68	2	66	Контрольные задания
4	Партерный тренаж	24	2	22	Контрольные

					задания
5	Постановочная и репетиционная работа	58	2	56	Контрольные задания
6	Концертная и конкурсная работа	20	0	20	Практическая работа
7	Заключительное занятие	2	0	2	Отчетный концерт
Итого		**216**	**9**	**207**	

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1ч)

Беседа о целях и задачах обучения, о режиме занятий, инструктаж по ТБ. Беседа об истории развития и жанровом разнообразии современной хореографии.

Практика (1ч)

Повторение движений, изученных ранее, в соответствии с правилами.

2. Элементы классического танца (42 часов)

Теория (2ч)

Объяснение правил выполнения программных упражнений у станка, на середине. Терминология классического экзерсиса.

Практика (40ч)

Повторение в соответствии с правилами движений и элементов, изученных ранее. Элементы экзерсиса у станка делаются на полупальцах.

Выполнение в соответствии с правилами (весего экзерсиса одной рукой за палку и на середине):

Упражнения у станка

– большие позы croisee, efacee;
– battements frappes с подъемом на полупальцы;
– battement double frappe с подъемом на полупальцы;
– petit battement на полупальцах;
– battement fondu на полупальцах.
– rond de jambe en l’air en dehors et en dedans;
– grand battement jete pointe.

Упражнения на середине зала

- temps lie с перегибом корпуса;
- rond de jambe en l’air;
- port de bras VI;
- формы вращений tour andeor end andedans.

Allegro

- pas echappe в комбинациях;
- changement de pieds в комбинациях;
- sissonne simple в комбинациях;
- pas jete в комбинациях;
- pas assemble в комбинациях;
- pas clissade в комбинациях.

Комбинации на основе изученных элементов.

3. Элементы джаз-модерн танца (68 часов)

Теория (2ч.)

Объяснение правил выполнения программных элементов и упражнений 1 года обучения. Терминология джаз-модерн танца.

Практика (66 ч.)

Выполнение в соответствии с правилами элементов и упражнений:

- bit, off bit, swing, хлопки в ладоши, удары стопой в пол – носком, пяткой, всей стопой, шаги на месте и с продвижением;
- relax;
- позиции рук I, II, III, V, press-position; форма рук, ладони;
- позиции ног: I, II, III, IV, V позиции “аут” и “ин”;
- stretch;
- isolation: голова, плечи, грудная клетка, бедра, руки, ноги;
- walks; jumps;
- блюз (несложные комбинации в медленном темпе);
- demi, grand plie по 6, 1, 2 позициям;
- battement tendu, battement tendu jete по 6 позиции;
- rond de jambe par terre по 6 позиции;
- releve lent на 25^0;
- grand battement;
- release, contraction;
- kick;
- table top;
- saute по 1, 2, 6 позициям;
- echappe из 6 во 2 позицию;
- простейших комбинаций на основе изученных элементов

Комбинации на основе изученных элементов.

4. Партерный тренаж (24 час)

Теория (2ч)

Терминология. Объяснение правил выполнения программных упражнений 1 года обучения.

Практика (22ч)

Выполнение в соответствии с правилами:

Упражнения на изоляцию:

- головы;
- плеч;
- ареалов ног.

Упражнения stretch–характера:

- статические растяжки;
- динамические растяжки.

Упражнения для развития подвижности позвоночника:

- наклоны торса;
- изгибы торса.

Упражнения на смену уровней: из положения стоя до положения лежа.

5. Постановочная и репетиционная работа (58 часов)

Теория (2ч)

Правила исполнения комбинаций и репертуарных танцев.

Практика (56ч)

Творческие задания: импровизация с целью органичного воплощения музыкального образа.

Разучивание и исполнение стилизованных, сюжетных танцев, а также танцев в стиле джаз-модерн (см. «Репертуар 1 года обучения»).

6. Концертная и конкурсная деятельность – 20 ч., практика -20 ч.

Практика Участие в массовых мероприятиях ЦДТ, в фестивалях и конкурсах различного уровня, отчётный концерт для родителей

7.Заключительное занятие – 2 ч., практика -2ч.

Практика. Тестирование по теоретическим темам программы

(2 год обучения)

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Инструктаж ТБ Входящая аттестация Опрос
2.	Элементы классического танца	42	2	40	Контрольные задания
3.	Элементы джаз-модерн танца	68	2	66	Контрольные задания
4.	Партерный тренаж	24	2	22	Контрольные задания
5.	Постановочная и репетиционная работа	58	2	56	Контрольные задания
6.	Концертная и конкурсная работа	20	0	20	Практическая работа
7.	Заключительное занятие	2	0	2	Итоговая аттестация
Итого		**216**	**9**	**207**	

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 ч)

Беседа о целях и задачах обучения, повторный инструктаж по технике безопасности.

Практика (1ч)

Повторение движений, изученных ранее, в соответствии с правилами.

2. Элементы классического танца (42 часов)

Теория (2ч)

Объяснение правил выполнения программных упражнений 2 года обучения у станка, на середине.

Практика (40ч)

Повторение в соответствии с правилами движений и элементов, изученных ранее.

Выполнение в соответствии с правилами:

Элементы экзерсиса у станка делаются на полупальцах.

Упражнения у станка

- battement double frappe на полупальцах;
- petit battement на полупальцах;
- battement fondu на полупальцах.

- rond de jambe en l'air en dehors et en dedans;
- grand battement jete pointe
- изучение soutenu на 90^0;
- ecartee.

Упражнения на середине зала

- temps lie с перегибом корпуса;
- rond de jambe en l'air;
- port de bras VI;
- формы вращений в комбинациях.

Allegro

- pas echappe в усложненных комбинациях;
- changement de pieds в усложненных комбинациях;
- sissonne simple в усложненных комбинациях;
- pas jete в усложненных комбинациях;
- pas assemble в усложненных комбинациях;
- pas clissade в усложненных комбинациях.

Комбинации повышенной сложности на основе изученных элементов.

3. Элементы джаз-модерн танца (68 часов)

Теория (2ч)

Объяснение правил выполнения программных элементов и упражнений 2 года обучения. Терминология джаз-модерн танца.

Практика (66ч)

Повторение движений, изученных ранее, в соответствии с правилами.

Выполнение в соответствии с правилами элементов и упражнений:

- -sundari;
- -curve;
- -arch;
- -roll down и roll up;
- -battement tendu jete со сгибом подъема работающей ноги на высоте 25^0;
- -rond de jamb на воздух;
- -releve lent на 45^0;
- положение кистей рук в различных вариантах (flex, jazz-hand, пальцы сжаты в кулак);
- положение стоп в различных вариантах (flex, point);
- bodi roll («полуволны» и «волны» простые, обратные, боковые);
- par terre и уровни танцевания (переход через все уровни: стоя, колени, сидя, лежа и обратно);
- туры нижние и средние;
- повороты на двух ногах;
- кросс;
- шаги в рок манере;
- шаги с мультипликацией;
- прыжки с одной на другую с продвижением leap;
- вращения на одной ноге;
- вращения по кругу вокруг воображаемой оси;
- растяжки у станка.

Комбинации на основе изученных элементов.

4. Партерный тренаж (24 часов)

Теория (2ч)