

**Министерство образования и науки Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Кукморская детская школа искусств»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан**

Принято решением
Педагогического совета
МБУ ДО «Кукморская детская школа искусств»
Кукморского муниципального
района РТ

Протокол № 1 от «31» августа 2020 г

Утверждаю
Директор МБУ ДО
«Кукморская детская школа искусств»
Кукморского муниципального района Рт
Р.И. Ваккасова



Приказ № _____ от «____» августа 2019г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

программа по учебному предмету
«ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА»

срок реализации 1 год
возраст обучающихся: 8-9 лет

Автор составитель:
Педагог дополнительного образования
Валиуллина Л.Р.

г. Кукмор, Кукморского муниципального района Республики Татарстан
2020 г.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1 Направленность.

1.2 Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

1.3 Цели и задачи программы.

1.4 Отличительная особенность.

1.5 Формы и режим занятий.

1.6 Планируемые результаты обучения.

1.7 Формы подведения итогов и контроля по программе.

1.8. Средства необходимые для реализации программы.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ.

V. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.

VI. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.

VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1. Направленность.

Программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми и экономическими основаниями проектирования дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, а так же с использованием следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Приложение к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности организации по дополнительным общеобразовательным программам».
- Локальный акт «Положение о рабочей и дополнительной общеобразовательной программе МБУ ДО «Кукморская детская школа искусств» Кукморского МР РТ».

1.2 Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна программы заключается в следующем:

Дети, поступающие на хореографическое отделение, как правило, не имеют какой-либо подготовки в области культуры движения, страдают недостатками физического сложения тела, не имеют ярко выраженных профессиональных данных, необходимых для занятия хореографией.

Эти факторы создают значительные дополнительные трудности при освоении учащимися материала специальных танцевальных дисциплин, тормозят процесс обучения и развития творческого начала ребенка. Гимнастические упражнения, отвечающие задачам хореографического обучения, позволяют ускорить исправление физических недостатков и развитие профессиональных данных детей.

Основное достоинство партерной гимнастики, как средства физического воспитания учащихся, заключается в том, что она располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Актуальность и педагогическая целесообразность. Для успешных занятий необходима общая физическая подготовленность: высокий уровень прочности опорно-двигательного аппарата, его мышечный и костно-суставной систем, которые обеспечивают связь отдельных частей тела между собой. Двигательный аппарат должен быть достаточно сформирован для того, чтобы тело не было стесненным в движении, негибким, маловыразительным. Данную проблему помогает решить программа «Партерная гимнастика».

Партерная гимнастика- это комплекс специально подобранных упражнений выполняемых на полу в положении сидя, лёжа, на боку.

Занятия партерной гимнастикой предназначены для общего физического развития детей с целью формирования его готовности к дальнейшим профессиональным занятиям хореографией.

Партерная гимнастика позволяет с наименьшими затратами энергии достичь следующих целей: повысить подвижность суставов, улучшить эластичность мышц и связок, увеличить силу мышц. В результате занятий партерной гимнастикой у детей формируется мышечный корсет, тем самым улучшается осанка, укрепляются мышцы стоп, что является профилактикой плоскостопия, позволяют улучшить гибкость суставов.

1.3. Цели и задачи программы.

Цель программы: обучение и овладение обучающимися специальными знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

Задачи:

Обучающие задачи:

- обучение приемам правильного дыхания;
- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка;
- обогащение словарного запаса обучающихся в области специальных знаний;

- формировать систему знаний, умений, навыков по предмету «Гимнастика».

Развивающие задачи:

- развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок);
- формирование осанки;
- корректировка недостатков строения тела;
- тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы;
- научить управлять своим телом;
- развитие танцевально-ритмической координации и выразительности;
- овладение простейшими навыками и приёмами для занятий классическим танцем.

Воспитательные задачи:

- приобщать обучающихся к здоровому образу жизни;
- развивать самостоятельность;
- формировать умение жить в коллективе;
- формировать навыки культурного общения, дружелюбие;
- формировать уверенность в себе, положительную самооценку;
- воспитывать аккуратность, волевые качества личности: настойчивость, трудолюбие.

1.4. Отличительная особенность.

Программа разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, а также на рекомендуемом режиме занятий детей в объединениях различного профиля.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией со школьниками младшего возраста возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Данная программа основывается на следующих *принципах*:

- доступность – обучение от простого к сложному. От известного к неизвестному, учитывая индивидуальные особенности каждого обучаемого.
- наглядность – показ упражнений, комбинаций.
- регулярность занятий, повышение нагрузки, усложнение техники выполнения упражнений.
- закрепление навыков – многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно.

Программа располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на

организацию ребёнка, способствовать развитию двигательного аппарата и оснащать его двигательными навыками. Упражнения применяются в качестве корригирующих, а также повышающих тонус утомлённых мышц, восстанавливающих работоспособность и двигательные функции. Партерный экзерсис (комплекс упражнений на полу), позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей:

- повысить гибкость и подвижность суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Возраст учащихся: Данная программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 8-9 лет.

Срок реализации учебного предмета: Настоящая программа рассчитана на 1 год обучения.

Сведения о затратах учебного времени:

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Всего часов
	1 год		
	1 полугод	2 полугод	
Количество недель	17	18	
Аудиторные занятия	34	36	70
Самостоятельная работа	34	36	70
Максимальная учебная нагрузка	68	72	140

1.5 Формы и режим занятий.

Занятия проводятся в мелкогрупповой (численностью от 4 – 10 человек) и групповой форме (численностью от 11 человек).

Режим занятий: 1 г.о.- 2 раза в неделю по 1 часу (1 час - 45 мин).

Самостоятельная (внеаудиторная) работа может быть использована на выполнение домашнего задания детьми, посещение ими учреждений культуры (филармоний, театров и т. д.), участие детей в творческих мероприятиях, конкурсах и культурно-просветительской деятельности образовательного учреждения.

1.6. Планируемые результаты обучения.

В результате обучения партерной гимнастике учащийся должен:

Знать / понимать

- Названия движений/упражнений.
- Технологию исполнения движений/упражнений.

Ожидаемые результаты

- Формирование основных двигательных качеств и навыков.
- Развитие природных физических данных.
- Выработка правильности и чистоты исполнения упражнений.
- Развитие координации.
- Развитие паховой выворотности, танцевального шага и гибкости/пластики.
- Соединение теоретических знаний и практической деятельности.
- Развитие организованности, самостоятельности (контроль и самоконтроль).

1-ый год обучения:

- Обучающиеся должны знать названия всех изученных упражнений и правила их исполнения;
- Знать и выполнять правила техники безопасности при выполнении движений.;
- Обучающиеся должны уметь выполнять предусмотренные программой движения с большей амплитудой.

К концу первого года обучения у детей улучшается координация, наблюдается динамика развития природных хореографических способностей. Проявляется творческая активность. Начинают приобретаться навыки здорового образа жизни и культурного общения.

1.7 Формы подведения итогов и контроля по программе.

Важную роль в успешном течении всего учебно-воспитательного процесса играет объективная оценка знаний, умений и навыков. Контроль, за учебной и воспитательной деятельностью должен быть систематическим, результаты аргументированными. Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках, профессиональных конкурсах. Форма и содержание открытого урока определяется преподавателем, но отдельные фрагменты всех разделов программы и представлять собой законченный по форме материал, соответствующий требованиям класса.

Исходя из этого, используются разные виды контроля:

- контроль педагога – по форме может быть фронтальным, групповым, индивидуальным;

- взаимоконтроль обучающихся – целесообразен при проведении практических занятий и итоговых занятий;

- самоконтроль (самооценка) обучающегося.

Для полноценной реализации данной программы используются такие виды контроля, как:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью детей в процессе занятий;

- вводный - проводится в начале года в виде творческих заданий в классном порядке;

- промежуточный – дифференцированный зачет, открытые занятия;

- итоговый – итоговый контрольный урок; переводной экзамен

При оценке знаний, умений и навыков обращается внимание не только на параметры для определения качества обучения, но и на: сообразительность, активность, дисциплинированность, точное выполнение заданий. Особого внимания при оценке должны заслуживать систематичность и регулярность занятий, а также интерес, старание и прилежание, проявляемые при этом. Оценивая достижения учеников в большей мере надо ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их способностей.

Критерии оценки.

5 («отлично») Отметка отражает грамотное исполнение (как в техническом плане, так и в художественном плане). Выступление (исполнение) может быть названо концертным, талантливость обучающегося проявляется в увлеченности исполнением, артистизме. Отсутствие «помарок» в исполнении.

4 («хорошо») Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном); владение хорошей исполнительской техникой, убедительная трактовка хореографических комбинаций, выступление яркое, осознанное.

3 («удовлетворительно») Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.; однообразное нестабильное исполнение.

1.8 Средства необходимые для реализации программы.

Материально-техническое оснащение.

- Свободное помещение, оборудованное зеркалами и станком с минимальным количеством мебели.
- Аудио и видео аппаратура, мультимедийное оборудование.

Научно-методическое обеспечение:

- Разработки занятий, сценарии и т.д.
- Наглядный материал (иллюстрации, таблицы, видеоматериал).
- Дидактический материал.
- Медиатека (презентации, фонограммы, т.д.)

Средства общения:

- Общение с участниками других творческих коллективов.

Кадровое обеспечение:

Требования к квалификации педагога дополнительного образования: Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

1 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Практика	Теория	Всего
1	Вводный урок.		1	1
2	Упражнения для стоп	6		6
3	Упражнения на выворотность стоп	8		8
4	Упражнения на гибкость вперед	8		8
5	Упражнения на гибкость назад	9		9
6	Силовые упражнения для мышц живота	6		6
7	Силовые упражнения для мышц спины	9		9
8	Упражнения на развитие шага и выворотности	15		15

9	Подготовка к контрольному уроку.	4		4
10	Контрольный урок.	4		4
	Итого	69	1	70

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающихся.

Раздел 1 Упражнения для стоп.

Задачей данных упражнений является развитие гибкости и силы стопы, растягивание ахилловых сухожилий. Это необходимо для прыжков и в движениях на «полупальцах»

Раздел 2 Упражнения на выворотность стоп.

Эти упражнения развивают супинаторы бедра, голени и стопы, увеличивают эластичность связочного аппарата и подвижность всех суставов тела. Выворотное положение в классическом танце вызвано анатомическими и эстетическими причинами. Выворотность даёт возможность очень высоко отводить ногу. Только при выворотном положении ног создаётся линия и рисунок классического танца, отвечающие законам эстетики.

Раздел 3 Упражнения на гибкость вперед.

Задача упражнений этой группы направлена на развитие гибкости мышц спины и внутренней части ног.

При выполнении данных упражнений особое внимание необходимо уделить:

- а) правильному положению корпуса при наклонах вперед;
- б) максимальной вытянутости коленей.

Раздел 4 Упражнения на гибкость назад.

Эта группа упражнений развивает гибкость мышц живота и внешней частей ног. При выполнении упражнений данного раздела необходимо следить за тем, чтобы ребенок, прежде чем наклониться назад, максимально вытянулся вверх. Несоблюдение этого условия развивает нарушение осанки, приводит к травмам позвоночника и мышц спины.

Раздел 5 Силовые упражнения для мышц живота.

В упражнениях на силу преобладающими являются активные сокращения (напряжения) мышц для преодоления силы тяжести тела. Упражнения надо начинать с легких непродолжительных нагрузок, постепенно включая мышцы в работу. Каждое упражнение выполнять без перерыва несколько раз в подряд но количество повторений должно быть таким, чтобы не вызвать большого утомления. Целесообразно пользоваться различными вариантами одного и того же упражнения.

Раздел 6 Силовые упражнения для мышц спины.

Развивая гибкость, полезно сочетать упражнения на растяжения с силовыми. Развитие силы мышц спины необходимо не только для устранения активной недостаточности, но и для того, чтобы избежать ослабления поясничного отдела позвоночника и тем самым защитить его от травм.

Раздел 7. Упражнения на развитие шага и выворотности.

Задача этой группы упражнений – подготовить ноги к сложным танцевальным движениям с большой амплитудой. Это самая трудоёмкая часть урока. По характеру выполнения упражнения на растягивание могут быть:

- а) медленные, которые являются одновременно и упражнениями на силу и растягивание;
- б) быстрые – резкое выбрасывание ноги с напряжёнными мышцами с максимальным приложением силы.

Первый год обучения

Учащиеся 1 года обучения должны иметь следующие знания, умения, навыки:

Вводный урок.

Теория: Знакомство с педагогом, правила поведения, внешний вид; инструктаж по мерам безопасности в танцевальном классе;

Раздел 1. Упражнения для стоп

Практика:

- Из положения - сидя на пятках, подняться на пальцы, перейти на полупальцы, опустить пятки на пол. Все сделать в обратном порядке и вернуться в исходное положение ;
- Releve на полупальцах в VI позиции с одновременным подъемом колена (лицом к станку).

Раздел 2. Упражнения на выворотность стоп.

Практика:

- Складочка с оттягиванием носка;
- Сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли I позицию, и выпрямить ноги вперед

- Упражнение в парах: лежа на животе ,ноги раскрываем в I позицию. Колени не сгибаем. Партнер садится аккуратно на пятки.

Раздел 3.Упражнения на гибкость вперед.

Практика:

- Спиной к станку, держась за опору руками, пружинящие наклоны вперед (по I и II позициям), следить за прямой спиной;
- Лежа на полу, ноги в VI позиции. Сесть, сделать наклон вперед, сесть, вернуться в исходное положение;
- В глубоком plie по II позиции, руки продеть с внутренней стороны голени и взяться за стопы, сохраняя положение рук, выпрямить колени с одновременным наклоном туловища;
- Спиной к станку: «кошечка», т.е. последовательный волнообразный прогиб из положения «стоя» в наклон вперед. Прогиб начинается с верхних звеньев позвоночника. Движение делается и в обратном порядке.

Раздел 4. Упражнения на гибкость назад.

Практика:

- «Кошечка» - из положения «сидя на пятках» перейти, не отрывая грудь от пола, в положение «прогнувшись в упоре». Сильно прогнуться и вернуться в исходное положение;
- «Корзинка». В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх. Из положения «лежа на спине» встать на «мостик» и опуститься в исходное положение;
- Из положения «лежа на животе» поднять корпус, оперевшись руками в пол, сильно прогнуться назад;
- «Коробочка». В положении лежа на животе, взяться руками за внутреннюю часть икр ног. Сильно прогнуться, подняв туловище вверх (бедра и колени прижаты).

Раздел 5. Силовые упражнения для мышц живота .

Практика:

- Упражнение в парах: лежа на спине, подъем и опускание туловища.

Партнер придерживает за колени;

- Стоя в I невыворотной позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение «упор лежа». При этом стараться удержать ноги на одном месте на полу. Подняться в исходное положение

Раздел 6. Силовые упражнения для мышц спины.

Практика:

- Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища.

Партнер придерживает за колени

- Поочередное поднятие руки и ноги стоя на четвереньках

- Лежа на животе, поднимание и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках)

Раздел 7. Упражнения на развитие шага и выворотности.

Практика:

- Сидя на полу, ноги максимально разведены в стороны, наклоны корпуса к правой и к левой ноге во всех направлениях

- Лежа на спине, ноги вытянуты перед собой на 90°, на счет 1 - разводим обе ноги максимально в стороны

- Лёжа на полу, Passe по I позиции в сторону

- Лёжа на полу Grand battements jete по I позиции вперед

- Лёжа на полу Grand battements jete в сторону

- Лягушка

- Лёжа на полу Battements releve lent в сторону

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Методы обучения:

- наглядный - практический качественный показ;

- словесный – объяснение, желательно образное;

- игровой – учебный материал в игровой форме;

- творческий - самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов и работа по подготовке учащихся к концертному выступлению.

Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

Методические рекомендации педагогическим работникам.

Обучение партерной гимнастике должно быть поэтапным, весь курс должен быть разделен на периоды по рациональному принципу не следует спешить, не надо давать ученикам непосильные физические нагрузки. Особо пристальное внимание следует уделить подготовке на первом году обучения. От этого во многом зависит будущее учеников, это этап их формирования.

Рекомендации по распределению учебного материала на год

Первая четверть посвящена повторению движений, пройденных в предшествующем классе, и постепенному приведению организма учащихся в состояние полной работоспособности. В среднем на это отводится 2-3 недели. Остальное время – прохождение наиболее простых элементов программы и усложненное сочетание движений, пройденных в предыдущем классе.

Вторая четверть отводится на изучение более сложных элементов программы и более сложные комбинированные упражнения.

В третьей четверти, после зимних каникул необходимо привести организм учащихся в «рабочую форму» и повторить учебный материал второй четверти. На третью четверть планируется изучение наиболее трудных элементов программы и наиболее сложная координационная работа с движениями, пройденными в первом полугодии.

В четвертой четверти предусматривается продолжение изучения учебного материала, последние две недели отводятся для подготовки к экзамену (зачету).

При подготовке к уроку необходимо:

Наметить новые примеры (упражнения) в соответствии с задачами каждой части урока для дальнейшего укрепления и совершенствования накопленных знаний и навыков учащихся.

Определить новый материал (предусмотренный программой, в том числе, танцевальный) для изучения.

Вводить новый материал в различные комбинированные задания.

Определить совместно с концертмейстером соответствующий характер музыкального сопровождения каждой части урока.

Готовясь к очередному уроку, надо также предусматривать, логику и форму подачи материала, при этом, затрагивая не только вопросы исполнительской техники, но и темы творчества, искусства танца, музыки и т.д.

Залогом успеха любого творческого коллектива является хорошо поставленная и

правильно проводимая учебная работа. Данная программа предназначена для обучения детей партерной гимнастике и направлена на совершенствование физического и личностного развития ребенка. При этом всех детей необходимо учить в равной мере, разделение на более или менее способных может быть только на индивидуальных занятиях или в процессе работы над концертным репертуаром.

Основными принципами обучения являются:

- последовательное и постепенное развитие - весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному: при переходе из класса в класс происходит последовательное усложнение упражнений экзерсиса. Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Партерная гимнастика»;

- постепенное увеличение физической нагрузки происходит с учетом психологических, физических и возрастных особенностей детей;

- целенаправленность - строгое следование поставленным целям и задачам, непрерывное повышение уровня исполнения и целенаправленной умственной деятельности учащегося, устремляющего свою волю, внимание, память на выполнение поставленной перед ним конкретной задачи;

- гибкость – возможность изменений (уменьшения или увеличения количества упражнений), предусмотренных программой комплексов упражнений на основе анализа возможностей данных учеников;

- учет индивидуальных особенностей ученика: интеллектуальных, физических, музыкальных и эмоциональных данных, уровня его подготовки;

- укрепление здоровья учащихся, исправление физических недостатков, таких, как: сколиоз, плоскостопие, «завернутость» стоп, вальгус, слабый мышечный тонус и т.д., создание прекрасной физической формы тела учащегося, поддержание и совершенствование ее; создание условий для исправления физических недостатков и укрепления здоровья - важнейшего качества танцевального экзерсиса.

С первых занятий учащимся полезно рассказывать об истории возникновения хореографического искусства, о балетмейстерах, композиторах, выдающихся педагогах и исполнителях, наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения, использовать ряд методических материалов (книги, картины, гравюры, видео материал), цель которых – способствовать восприятию лучших образцов классического наследия на примерах русского и зарубежного искусства, помочь в самостоятельной творческой работе учащихся. В развитии творческого воображения и интереса к занятиям играют

значительную роль посещение балетных спектаклей, просмотр видео материалов.

Значительную роль так же играет музыкальное сопровождение во время занятий, которое помогает раскрывать характер, стиль, содержание. Работа над качеством исполняемого движения в танце, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой - важнейшими средствами хореографической выразительности - должна последовательно проводиться на протяжении всех лет обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя. В работе над хореографическим произведением необходимо прослеживать связь между художественной и технической сторонами изучаемого произведения. Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, глубоко продуман план урока. В начале каждого полугодия преподаватель составляет для учащихся календарно-тематический план, который утверждается заведующим отделом. В конце учебного года преподаватель представляет отчет о его выполнении с приложением краткой характеристики работы данного класса.

При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально-личностные особенности и уровень подготовки учащихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности. Календарно-тематические планы вновь поступивших учащихся должны быть составлены к концу сентября после детального ознакомления с особенностями, возможностями и уровнем подготовки учеников.

V. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Базарова Н., Мэй В. "Азбука классического танца". Искусство, 1964
2. Беспрозванный Л. Упражнения для души. - М.,1993г.
3. Ваганова А. "Основы классического танца". Искусство, 1936
4. Вихрева Н.А. «Экзерсис на полу». Сборник МГАХ., М., 2004
5. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств: тренинг психотехники. -М.,Л.,1967г.
6. Колтановский А., Брыкин А. "Общеразвивающие и специальные упражнения". М., 1973
7. Константинова И.А. Игровой стретчинг. С- П.,1996г.
8. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе». Терра спорт.М., 2001
9. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. М.,2001г.
10. Лисицкая Т.С. «Хореография в гимнастике». «Физкультура спорт». М., 1984
11. Миловзорова М.С. «Анатомия и физиология «Медицина». М., 1972
12. Никитин В.Ю. Стретчинг в профессиональном современном танце. М.,2005г.
13. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. М.,2003г.
14. Попов Е.Г. ОРУ в гимнастике. М., 2000г.
15. Сивакова Д.А. «Уроки художественной гимнастики». «Физкультура и спорт». М., 1968
16. Слуцкая С.Л. Танцевальная Мозаика М.,2006г.
17. Тарасов Н. «Классический танец». «Искусство», 1971
18. Хавилер Д.С. Тело танцора. Изд -во «Новое слово»,2004г.
19. Чикин С.Я. Физическое совершенство человека. - М.,1967г