

Комитет по образованию администрации города Мурманска

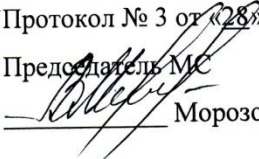
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования г. Мурманска
Дом детского творчества им. А. Бредова

ПРИНЯТА

Методическим советом

Протокол № 3 от «28» марта 2023г.

Председатель МС


Морозова А.В.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ДДТ им. А. Бредова
от «10» апреля 2023г. № 62

Директор


Докшанин С.А.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Театр моды «Очарование»**

Возраст обучающихся: 9 – 13 лет

Срок реализации программы: 3 года

Авторы-составители:

Ковалева Е.И.,

педагог дополнительного образования

ДДТ им. А. Бредова,

Сметанина Н.А.,

педагог дополнительного образования

ДДТ им. А. Бредова

Мурманск
2023

«С одной стороны, мода - это коллективное сумасшествие, и нельзя быть вне этого. С другой, следовать моде смешно, а не следовать глупо. Умение почувствовать эту тонкую грань и есть чувство стиля».
Александр Васильев

ВВЕДЕНИЕ

В наши дни остается актуальным вопрос развития художественного вкуса, приобщение к миру моды, который так стремительно развивается в нашей стране, расширение кругозора, повышение нравственной и эстетической культуры. Видя красивые формы, слыша прекрасные звуки, молодые люди станут сами подобны им, здоровыми и прекрасными. По словам Шиллера, одно созерцание «истинных художественных произведений» способно породить «высокое душевное равновесие, свободу духа, соединенную с силой и бодростью». Эстетическое воспитание способно разрешить все социальные противоречия человечества.

Главное назначение программы – привить обучающимся чувство прекрасного, понимания искусства, культуры одежды, общения в жизни, труде, поведения, то есть умение воспринимать и творить жизнь по законам красоты. Ведь по-настоящему красивым и успешным человек может стать только в том случае, если личность его гармонично развита. Только правильное отношение человека к себе, мысль о необходимости постоянно развивать собственные способности, учиться чему-то новому поможет реализовать в жизни свой потенциал и, в итоге, прийти к достижению небывалых высот.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Театр моды «Очарование» специально разработана и адаптирована для детского объединения «Театр моды «Очарование» ДДТ им. А. Бредова на основе многолетнего педагогического опыта в сфере дополнительного образования.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021г. № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"; постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"; постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; письма Министерства образования и науки России от 18.11.2015г. № 09-3242 "О направлении информации" вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ"; Устава муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Мурманска Дома детского творчества им. А. Бредова, образовательной программы ДДТ им. А. Бредова, локальных нормативных актов МАУДО ДДТ им. А. Бредова.

Педагогическая целесообразность определяется необходимостью успешной социализации ребёнка в современном обществе, его жизненным и профессиональным самоопределением, продуктивным освоением социальных ролей в широком диапазоне и творческой реализацией. Программа объединяет в себе различные аспекты демонстрационной,

танцевальной и театральной деятельности, необходимые как для профессионального самоопределения, так и для практического применения в жизни.

Новизна программы «Театр моды «Очарование» заключается в синтезе различных дисциплин: «Дефиле, техника походки», «Сценическая пластика», «Фотопозирование». Программа носит комплексный характер, объединяет в одно целое такие понятия как образование, мода, искусство, творчество.

Отличительной особенностью данной программы является использование здоровьесберегающих технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей в условиях Крайнего Севера. Используемые в программе формы и методы организации образовательного процесса учитывают физиологические и психологические особенности школьников проживающих в условиях Крайнего Севера, что позволяет решать актуальную проблему здоровьесбережения детей.

Актуальность программы определяется общественным заказом на духовно-нравственное воспитание и художественно-эстетическое развитие подрастающего поколения. Мода как явление целостное и универсальное помогает человеку в достижении жизненного успеха, но молодежная среда рождает целые течения, демонстрирующие свои представления о моде, своем имидже. Сегодня недостаточно подражать имиджу модной топ или фотомодели. Современному подростку необходимо научиться вырабатывать собственный стиль в одежде, манере двигаться, находить свой индивидуальный и неповторимый образ, обладать художественным вкусом.

Программа «Театр Моды «Очарование» направлена на создание условий для формирования мотивации к познанию, творчеству, труду, сохранение и укрепление здоровья учащихся, приобщение к ценностям и традициям многонациональной культуры российского народа и лучшим образцам мировой культуры.

По уровню освоения программа является общеразвивающей, так как способствует формированию духовного мира обучающихся, коммуникативной культуры, самостоятельного мышления, развитию творческих способностей и эстетического вкуса.

Программа имеет **базовый уровень сложности**. Дифференцированный учебный материал может предлагаться в разных формах в зависимости от индивидуальных способностей ребенка.

Программа реализуется в рамках комплекса образовательных программ детского объединения "Образцовый детский коллектив Мурманской области "Театр моды "Очарование" МАУДО ДДТ им. А. Бредова.

Обучающиеся, успешно завершившие освоение данной образовательной программы имеют возможность продолжить обучение по другим программам данного комплекса – "Шоу-группа театра моды "Очарование", "Театр моды "Очарование". Группы совершенствования".

Обучающиеся по данной образовательной программе являются постоянными участниками городских мероприятий на всех главных площадках муниципалитета, а так же принимают результативное участие в конкурсах и фестивалях различного уровня (муниципальный, региональный, всероссийский и международный).

Программа имеет **художественную** направленность.

Программа имеет **базовый уровень сложности**.

Разноуровневость программы.

Комплекс образовательных программ детского объединения "Образцовый детский коллектив Мурманской области "Театр моды "Очарование" является разноуровневой образовательной программой и предполагает последовательный принцип построения процессов освоения содержания программы на его разных уровнях углубленности, доступности и степени сложности, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого ребенка. Модульность разноуровневой программы, позволяет

вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстроиться под способности, возможности, интересы обучающихся, предоставив им возможность выбора уровня (модуля) и предусмотрев возможность перехода с одного уровня на другой. У каждого обучающегося есть возможность проложить свой образовательный маршрут изучения разноуровневой программы в соответствии со своими способностями и индивидуальными особенностями.

В процессе всего периода обучения ребенок идет от простого к сложному, повторяет свои накопленные знания, развивает свои познавательные функции и интеллектуальные способности.

Комплекс предусматривает 2 уровня освоения программы (матрица уровней сложности разноуровневых программ):

1) **Базовый уровень** предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы ("Театр моды "Очарование": от ритмики к хореографии", "Театр моды "Очарование").

2) **Продвинутый уровень** предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным (узкоспециализированным) разделам в рамках содержательно-тематического направления программы. Данный уровень направлен на углубленное изучение содержания программ "Шоу-группа театра моды "Очарование", "Театр моды "Очарование. Группы совершенствования" и доступ к около профессиональным и профессиональным знаниям.

Последовательная траектория обучения по программам комплекса образовательных программ детского объединения "Театр моды "Очарование" (Матрица дифференциации программ)



Цель программы: создание условий для формирования и развития творческих способностей обучающихся, их личностного развития, сохранение и укрепление здоровья детей в условиях крайнего Севера.

Задачи:

- Развитие и совершенствование танцевальных умений и навыков.
- Формирование правильной осанки и корректировка дефектов фигуры через освоение системы танцевально-спортивных упражнений.
- Формирование специальных знаний и умений в основных видах подиумного шага, показов коллекций костюмов, основ танцевальной культуры.
- Развитие навыков актерского мастерства и культуры сценического движения посредством вовлечения в активную творческую деятельность, демонстраций коллекций детской и подростковой одежды на подиуме.
- Формирование и развитие творческих способностей обучающихся.
- Формирование навыков эмоциональной и пластической выразительности.

- Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.
- Формирование культуры общения и взаимодействия в коллективе.
- Развитие ряда личностных качеств; выносливость, терпение, уверенность в своих силах.

Принципы построения программы

- принцип единства художественной и технической сторон обучения;
- принцип посильной трудности (постепенности и последовательности);
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья, сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

В ходе реализации программы активно используются следующие технологии:

- технология развивающего обучения;
- технологии индивидуализации обучения;
- технологии личностно-ориентированного обучения;
- технологии метода проектов;
- здоровьесберегающие технологии.

Для достижения предполагаемых результатов, по данной программе, используются следующие методы обучения:

- Объяснительно - репродуктивный – после подачи информации, объяснении теории и показа, выполняется задание по образцу и подобию.
- Повторно - репродуктивный – повторение пройденного и детально показанного приема до автоматизма, определяющего возможность самостоятельной отработки.

– Репродуктивно – творческий – самостоятельная отработка, изучение пройденного с возможностью творческого подхода.

Материально – техническое обеспечение программы

1. Учебные кабинеты для проведения лекционно-теоретических, практических двигательных занятий.
2. Наличие в кабинетах мягких ковриков для занятия релаксацией и отработки специальных комплексов упражнений, настенных зеркал, полового покрытия из спортивной паркетной доски.
3. Концертный зал с большим подиумом, соответствующим световым и техническим оснащением, системой усиления звука, радиоаппаратурой.
4. Аудиоаппаратура для проведения репетиций и занятий.
5. Специально систематизированная фонотека инструментальной музыки для занятий дефиле, сценической пластикой, основами музыкальности.
6. Журналы мод и учебно-справочная литература.

Кадровое обеспечение программы: реализация программы осуществляется педагогическими работниками (педагогами дополнительного образования), имеющими высшее или среднее педагогическое образование, прошедшим курсы повышения квалификации по профилю программы, владеющие основами образовательной деятельности по представленному в программе направлению, умеющие видеть индивидуальные возможности и способности обучающихся, направляя их к реализации этих возможностей.

Сроки реализации программы.

Программа «Театр моды «Очарование» рассчитана на **3 года** обучения детей в возрасте **9 - 13** лет.

Форма обучения – очная.

Адресат программы: программа предназначена для обучающихся 9-13 лет, учащихся младших и средних классов общеобразовательной школы.

Набор в группы: зачисление на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности "Театр моды "Очарование" осуществляется в очередном

порядке по заявлениям установленной формы родителей (законных представителей) детей.

Учебный год в объединениях I года обучения начинается с 10 сентября (с 1 по 9 сентября проводится комплектование учебных объединений первого года обучения), в объединениях II, III года обучения – с 1 сентября.

Количество обучающихся в группах:

1 год обучения – 12 человек,

2 год обучения – 12 человек,

3 год обучения – 12 человек.

Формы и режим занятий.

В ходе реализации программы предполагается использование групповых форм работы.

1-й год обучения – 6 часов в неделю:

групповые занятия: 2 часа 3 раза в неделю, 12 человек в группе – 216 часов;

Итого: 216 часов.

2-й год обучения – 6 часов в неделю:

групповые занятия: 2 часа 3 раза в неделю, 12 человек в группе – 216 часов;

Итого: 216 часов.

3-й год обучения – 6 часов в неделю:

групповые занятия: 2 часа 3 раза в неделю, 12 человек в группе – 216 часов;

Итого: 216 часов.

Продолжительность академического часа – 45 минут, перерыв для отдыха обучающихся – 10 минут между каждым учебным занятием.

Принципы построения занятий

- открытость, доверительность,
- активность самого ребенка,
- ситуация успеха для каждого обучающегося,
- безоценочность,
- создание психологически благоприятной атмосферы,

- обеспечение формирования навыков самооценки и возможности выбора путей решения поставленной задачи,
- создание ситуации для свободного выбора форм и видов обучения.

Ожидаемые результаты

1-й год обучения – сформирована правильная осанка, навыки снятия мышечных и психологических комплексов «зажатости», умение естественно, грациозно двигаться; умение исполнять базовую модельную позицию.

2-й год обучения – умение контролировать правильное положение тела и выполнять упражнения танцевальной аэробики, упражнения для коррекции осанки, распределять сценическое пространство и время, выполнять простые танцевальные шаги и движения. Владеют навыками выполнения основного подиумного шага.

3-й год обучения – сформированы основные психофизические качества личности модели и навыки актерского мастерства; умение выполнять различные виды подиумного шага; умение создавать сценический образ, демонстрировать одежду разных стилей; позировать перед фото и видео камерой.

В результате освоения программы и занятий дети должны:

- укрепить физическое здоровье с помощью различных физических упражнений,
- уметь ярко и эффектно представить себя в обществе, быть уверенным в себе и коммуникабельным,
- обладать основными знаниями в моде и искусстве, разбираться в направлениях и стилях моды, уметь подбирать одежду и аксессуары, уметь стилистически верно выбирать макияж, причёску,
- раскрыть свои актерские и творческие способности,
- раскрыть в себе художественный и музыкальный вкус, научиться основным элементам танца разных направлений, знать: позиции рук и ног в хореографии; названия классических движений; новые направления, виды хореографии и музыки; классические термины; контролировать и

координировать своё тело; виды и жанры хореографии уметь работать, красиво ходить и позировать на подиуме и сцене, работать на фото и видео камеру, проявлять фантазию и изобретательность, уметь достигать собственной цели и работать в коллективе.

Программой предусмотрен текущий контроль успеваемости, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Текущий контроль успеваемости проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный раздел. Промежуточная и итоговая аттестация проводится в целях выявления степени сформированности теоретических знаний, практических умений и навыков учащихся посредством педагогических тестов и практических заданий.

Оценивание проводится по 10-ти балльной шкале.

Критерии оценки:

8-10 баллов – высокий уровень,

5-7 баллов – средний уровень,

1-4 балла – низкий уровень.

О высоком уровне результативности обучения по данной программе можно судить по успехам участников коллектива в городских, региональных, всероссийских и международных конкурсах.

Способы определения результативности

- Собеседование,
- Наблюдение,
- Тестирование,
- Анализ сохранности контингента,
- Анкетирование,
- Комплексное отслеживание результатов участия в конкурсах, фестивалях, проектах различного уровня.

Формы подведения итогов реализации программы.

I год обучения:

- игровые конкурсы внутри объединения;

- промежуточная аттестация;
- открытые занятия для родителей и педагогов профильных дисциплин;
- участие в отчетном концерте коллектива,
- участие в городских конкурсных мероприятиях.

II год обучения:

- промежуточная аттестация;
- открытые занятия для родителей и педагогов профильных дисциплин;
- участие в отчетном концерте коллектива,
- участие в городских и региональных конкурсных мероприятиях.

III год обучения:

- участие в конкурсе «Моделька года»;
- участие в конкурсах и фестивалях, концертных программах городского, регионального, всероссийского и международного уровней;
- промежуточная и итоговая аттестация;
- отчетный концерт коллектива.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Учебно-тематический план I год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Танцевальная разминка (комплекс упражнений)	28	6	22
3.	Осанка фигуры человека	22	4	18
4.	Основы подиумного шага	26	6	20
5.	Азбука классического танца	26	6	20
6.	Современный танец	72	8	64
7.	Репетиционно-постановочная работа	32	4	28
8.	Промежуточная аттестация	8	4	4
	ИТОГО	216	39	177

Учебно-тематический план II год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Танцевальная аэробика	30	6	24
3.	Правильная осанка как фактор физического здоровья человека	27	4	23
4.	Подиумный шаг	36	8	28
5.	Современный танец	72	6	66
6.	Репетиционно-постановочная работа	41	6	35
7.	Промежуточная аттестация	8	4	4
	ИТОГО	216	35	181

Учебно-тематический план III год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Правильная осанка – основа красивой походки	16	4	12
3.	Основы дефиле	40	6	34
4.	Распределение сценического пространства и времени	26	6	20
5.	Фототренинг. Основы работы перед камерой.	12	4	8
6.	Современный танец	72	6	66
7.	Репетиционно-постановочная работа	40	4	36
8.	Промежуточная и итоговая аттестация	8	4	4
	ИТОГО	216	35	181

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие - 2 часа.

Теория - 1 час.

Знакомство с педагогами. Цели и задачи объединения. Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы. Правила поведения в хореографическом зале.

Практика - 1 час.

Расстановка детей в зале. Проверка музыкального слуха. Проверка на координацию движения.

2. Танцевальная разминка - 28 часов.

Теория - 6 часов.

Правила выполнения разминки и заминки. Основная часть - танцевальная. Заминка – растяжка, расслабление мышц. Основные условия для правильного выполнения тренажа. Физические упражнения, как способ избавления от стрессов.

Практика - 22 часа.

- Упражнения для головы, шеи, плечевого пояса.
- Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса, мышц кисти и предплечья.
- Упражнения на развитие гибкости шеи.
- Упражнения на развитие эластичности плечевого сустава, локтевого сустава (Твист плечами. Шейк плечами).
- Упражнения комплекса «Буратино».
- Партерный экзерсис, включающий элементы «игрового стрейчинга».
- Упражнения для развития: эластичности стопы, укрепление мышц брюшного пресса, развития гибкости позвоночника, выработки равновесия.

3. Осанка фигуры человека - 22 часа.

Теория - 4 часа.

Понятие термина «Правильная осанка». Основные сведения об особенностях осанки. Роль упражнений для формирования и коррекции осанки.

Практика - 18 часов.

Определение осанки у обучающихся. Анализ. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, спины. Партерный экзерсис. ОФП. Выполнение упражнений на исправление осанки.

5. Основы подиумного шага - 26 часов.

Теория - 6 часов.

Понятие «Подиумный шаг». Правильное положение тела – постановка корпуса модели. Определение «Линии пятки».

Практика - 20 часов.

- Постановка корпуса модели.
- Выполнение основной, базовой позиции в статике.
- Разучивание основных позиций ног при исполнении подиумного шага (3, 6 позиции).
- Разучивание основного шага.
- Разучивание шага с пятки, шаг по линии «пятки».

6. Алфавит классического танца - 26 часов.

Теория - 6 часов.

Понятие «Классический танец». Основные элементарные позиции рук и ног, постановка корпуса, головы. Понятие «красота» в применении к искусству танца. Беседа с показом видеоматериала о балете.

Практика - 20 часов

Изучение подготовительной I, II, III позиций рук; изучение I, II, III, IV позиций ног. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.

Исполнение простых танцевальных движений.

Разучивание различных видов танцевального шага и отработка их под музыку: приставной шаг; шаг с притопом; припадание; шаг с подскоком.

6. Современный танец - 72 часа.

Теория - 8 часов.

Объяснение техники исполнения изучаемого материала и контроль за чистотой выполнения. Термины современного танца на английском языке.

Основные стили джазового танца: Классический джаз (классический танец и джазовая пластика), Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна), Джаз-бит – «ритмический джаз» (чарльстон, рок-н-ролл, диско, хип-хоп, электрик-буги, фанки-джаз, бродвей - джаз).

Практика - 64 часа.

Позиции ног: параллельные позиции ног (I, II, IV, V); аут-позиции (выворотные позиции ног) (I, II, IV, V); ин-позиции (завернутые позиции ног) (I, II). Позиции и положения рук: подготовительное положение; 1-я, II-я, III-я; положение кисти «флекс»; «джаз-хенд»; пресс-позиция; промежуточные позиции рук. Plie (у палки и на середине): по параллельным позициям; по выворотным позициям. Battement tendu, battement tendu jete (у палки и на середине): по параллельным позициям. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (у палки и на середине). Элементарные акробатические элементы: мостик из положения лежа; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты.

Виды движений и техника исполнения по центрам. Голова и шея: наклоны; повороты. Плечевой пояс: подъем и опускание.

Партер. Проработка на полу положений ног – flex, point. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release. Изолированная работа мышц в положении лежа. Изолированная работа мышц в положении сидя. Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа. Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя. Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям. Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя. Упражнения stretch-характера в положении лежа. Упражнения stretch-характера в положении сидя. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Адажио. Виды движений ног: Battement fondu.

Кросс. Шоссе, Па-де-ша.

Комбинация или импровизация. Основы импровизации. Упражнения из тренинга актерского мастерства на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («ртуть», «огонь-лед», «пластилиновые куклы», «марионетки», «спагетти»). Элементарные комбинации на основе изученных движений.

7. Репетиционно-постановочная работа - 32 часа.

Теория - 4 часа.

Значение концертных выступлений, творческих мероприятий в деятельности коллектива. Значение зрителя в зале, умение вести себя на сцене и за кулисами. Просмотр выступлений других коллективов, информация о них

Практика - 28 часов.

Открытые уроки, участие в праздничных мероприятиях и концертах ДДТ. Участие в конкурсной программе для хореографических коллективов ДДТ «Первые шаги». Постановка простейших по форме хореографических номеров. Работа над правильностью исполнения движений. Работа над синхронностью. Импровизация (подиумный шаг).

7. Промежуточная аттестация - 8 часов.

Теория - 4 часа.

Тестирование на знание теоретического материала.

Практика - 4 часа.

Проведение промежуточной аттестации обучающихся (практические задания). Отчётные и открытые занятия для родителей и педагогов. Отчётный концерт коллектива.

Содержание программы второго года обучения

1. Вводное занятие -2 часа.

Теория - 1 час.

Цели и задачи коллектива на втором году обучения. Инструктаж по ТБ.

Организационные вопросы.

Практика - 1 час.

Повторение материала, изученного на I году обучения.

2. Танцевальная аэробика - 30 часов.

Теория - 6 часов.

Специфика танцевальной аэробики, как синтеза музыки, спорта и танца. Основные условия для правильного выполнения упражнений. Правила выполнения упражнений, составляющих комплекс разминки.

Практика - 24 часа.

- Разучивание упражнений разминки, включающих в себя танцевальные движения, направленные на разогрев и укрепление мышц, улучшение координации, стимулирует работу сердечно-сосудистой системы.

- Разучивание, отработка упражнений и элементов танцевальной аэробики, увеличение темпа.

- Работа над правильностью и частотой исполнения. Выполнение комплекса упражнений, включающих в себя танцевальные направленные на разогрев мышц, улучшение гибкости и эластичности позвоночника.

- Заминка – растяжка мышц (развитие гибкости). Расслабление мышц. Восстановление дыхания.

3. Правильная осанка как фактор физического здоровья человека - 27 часов.

Теория - 4 часа.

Тест на определение правильной осанки. Зависимость здоровья от осанки.

Контроль и самоконтроль, как возможность исправления неправильной осанки. Правильная осанка – основа красивой походки.

Практика - 23 часа.

Исследование своей осанки, выявление нарушений. Контроль и самоконтроль правильного положения тела. Комплекс общеукрепляющих упражнений для мышц спины. Выполнение упражнений для исправления неправильной осанки. Дыхательные упражнения.

4. Подиумный шаг - 36 часов.

Теория - 8 часов.

Позиции ног моделей. б - пятки и носки вместе.

Виды исполнения подиумного нага; шаг с пятки, шаг с носка. Сходство и отличие подиумного и танцевального шага.

Спортивный стиль. Манера исполнения.

Использование спортивного вида шага для демонстрации одежды.

Практика - 28 часов.

Выполнение основного шага.

Выполнение спортивного подиумного шага.

Выполнение спортивного шага с подворотом пятки. Выполнение базовой модельной стойки (классическая, боковая с выносом бедра).

Выполнение комбинаций, выход на подиум, проходка, стойка, уход.

Импровизационные показы спортивной одежды.

б. Современный танец - 72 часа.

Теория - 8 часов.

Объяснение техники исполнения изучаемого материала и контроль за чистотой выполнения. Возникновение жанра модерн. Творчество Айседоры Дункан: творческая биография, основополагающие принципы творчества. Творчество Триши Браун: творческая биография, «Проект на крыше 12-ти домов». Творчество Пины Бауш: творческая биография, «Мойщик окон». Современный танец как зарубежное явление.

Практика - 64 часа.

Demi plie et grand plie (у палки и на середине зала) по второй, четвертой, шестой позициям с изменением динамики исполнения. Battement tendu (у палки и на середине зала) с разворотом на 180 градусов. Battement tendu jete (у палки и на середине зала): по всем направлениям; в комбинациях с plie, с releve. Rond de jambe par terre an dehors u an dedane с passé (у палки и на середине зала). Grand battement jete (у палки и на середине зала). Использование разно ритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Проучивание flat back вперед из положения стоя.

Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Изгибы торса: arch, roll down и roll up

Изоляция. Вводится новое понятие – «крест». Вводится новое понятие – «квадрат». Виды движений и техника исполнения по центрам:

- Голова и шея: круги и полукруги.
- Плечевой пояс: круги.
- Грудная клетка: подъем и опускания.
- Пелвис (бедра): вперед-назад; из стороны в сторону.
- Руки: движения изолированных ареалов; круги, полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком.

Партер. Проучивание battement tendu jete вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа. Contraction, release на четвереньках. Body roll в положении stoisee сидя. Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону. Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц. Упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук. Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point). Grand battement jete вперед, из положения, лежа на спине. Grand battement jete в сторону из положения, лежа на боку. Grand battement jete в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках

Адажио. Виды движений ног: Battement releve lent; Demi et grand rond de jambe; Demi et grand plie на середине зала.

Кросс. Проучивание шага flat step в чистом виде. Flat step в plie. Temps sauté. Temps sauté по точкам. Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Комбинация или импровизация. Основы импровизации. Образы животных – их образы в природе, изображение средствами хореографии. Изучение комбинаций на основе изученных движений.

7. Репетиционно–постановочная работа - 41 часа.

Теория - 6 часов.

Замысел. Определение темы, задач. Работа над рисунком. Композиция построения номера

Практика - 35 часов.

Постановка хореографических номеров и конкурсных театрализованных показов. Разучивание и отработка танцевальных и подиумных комбинаций и композиций согласно репертуарному плану. Выступления на различных сценических площадках города. Участие в конкурсной деятельности.

7. Промежуточная аттестация - 8 часов.

Теория - 4 часа.

Тестирование на знание теоретического материала.

Практика - 4 часа.

Проведение промежуточной аттестации обучающихся (практические задания). Отчётные и открытые занятия для родителей и педагогов. Отчётный концерт коллектива

Содержание программы третьего года обучения

1. Вводное занятие - 2 часа.

Теория -1 час.

Цели и задачи коллектива на третьем году обучения. Техника безопасности.

Планирование работы. Организационные вопросы.

Практика -1 час.

Повторение материала, изученного на II году обучения.

2. Правильная осанка – основа красивой походки - 16 часов

Теория - 4 часа.

Зависимость походки от правильной осанки. Походка и настроение. Походка и возраст. Походка и стиль одежды. Красивая осанка как залог успеха и самореализации.

Практика - 12 часов.

Фиксация положения тела при правильной осанке. Исследование своей осанки, определение вида, выявление нарушений.

Кифоз, лордоз, сколиоз - виды нарушения осанки.

Комплекс общеукрепляющих положений для мышц спины. Выполнение упражнений на исправление неправильной осанки (сутулость, сколиоз). Демонстрация походок. Изображение разнообразных походок людей, в зависимости от возраста и настроения. Пластические этюды (импровизация).

3. Основы дефиле - 40 часов.

Теория - 6 часов.

Определение понятия "дефиле". Классический шаг в дефиле. Особенности классического и спортивного дефиле. Понятием "подиум". Отличие подиума от сцены. Терминология: задник, зеркало, язык. Взаимосвязь пластики движений и стиля одежды. Характеристика основных стоек.

Практика - 34 часа.

- Отработка подиумного шага. Работа на подиуме. Продвижение с сохранением интервалов.

- Исполнение классического и спортивного дефиле. Отработка поворотов (квадрат, книжка). Выполнение поворотов по одному, в паре, группами. Выполнение комбинаций: выход на подиум-проходка- стойка- поворот- уход. Дефиле импровизация в воображаемых костюмах.

4. Распределение сценического пространства и времени - 26 часов.

Теория - 6 часов.

Понятие "сценическое пространство". Выразительные возможности пространства сцены. Основные сведения об эмоциональных возможностях геометрии мизансцены. Понятия сценическое время. Определение плотности. Разнообразие движений на одном временном промежутке.

Практика - 20 часов.

Построение геометрических фигур (колонна, квадрат, полукруг, треугольник) на сцене в зависимости от цели показа и стиля одежды. Исполнение упражнений на точность выполнения по времени, соблюдая законченность и естественность

5. Фототренинг. Основы работы перед камерой - 12 часов.

Теория - 4 часа.

Специфика работы перед объективом и камерой. Подготовка к первой фотосессии модели. Влияние правильно выбранных поз на результат работы фотографа. Просмотр видеофильмов с профессиональных фотосессий.

Практика - 8 часов.

Работа над позами. Игровой этюд «Фотограф и модель». Выбор правильного ракурса. Подготовка моделей для участия в съемках. Пробные фотосъемки.

б. Современный танец - 72 часа.

Теория - 8 часов.

Российский современный танец. Борис Эйфман: творческая биография, «Красная Жизель». Алла Сигалова: творческая биография, «Желтое танго». Евгений Панфилов: творческая биография, «Ромео и Джульетта». Ольга Пона: творческая биография, «Ожидание».

Практика - 64 часа.

Demі и grand plie (у палки и на середине зала) с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. Battement tendu (у палки и на середине зала) с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. Battement tendu jete (у палки и на середине зала) с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 45 градусов (у палки и на середине зала). Battement releve lent с сокращённой стопой (у палки и на середине зала). Grand battement jete с сокращенной стопой (у палки и на середине зала). Flat back в сторону. Flat back вперед в сочетании с работой рук. Глубокие наклоны, ниже 90°. Гибкие наклоны и фиксированные наклоны. Изгибы торса: curve. Подготовка к пируэтам. Спирали и скручивание торса.

Изоляция. Виды движений и техника исполнения по центрам: Голова и шея: Zundari (смещение шейных позвонков) по направлениям: вперед-назад, из стороны в сторону; Плечевой пояс: «восьмерка»; Грудная клетка: движение из стороны в сторону, вперед-назад. Пелвис (бедра): Hip lift - подъем бедра вверх.

Партер. Паховые и боковые растяжки

Адажио. Battement developpe. Grand battement. Движения корпуса, положения и позы: с flat back по направлениям; загибы верхней части позвоночника.

Кросс. Трехшаговый поворот по прямой. Трехшаговый поворот с пируэтом по прямой. Трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали. Flat step в сочетании с работой плеч. Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом. Grand battement с двумя шагами по диагонали. Шаги с использованием падений и перекатов на полу

Комбинация или импровизация. Составление танцевальных этюдов учащимися на основе проученных движений. Приемы импровизации: физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение, предложенное педагогом. Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии: «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!»», «Снимаем-одеваем», «Я – не я».

7. Репетиционно – постановочная работа - 40 часов.

Теория - 4 часа.

Изучение закономерностей композиции на подиуме. Сольный выход. Определение темы и идеи показа в соответствии с коллекцией одежды.

Импровизация во время показа. Сочинение композиции показа.

Практика - 36 часов.

Составление простых композиций по демонстрации коллекций одежды «выход-стойка-поворот – уход». Работа по одному и в парах.

Театрализованный выход: показ тематических коллекций с использованием хореографических моментов в показе.

Выполнение стоек и поворотов в определенных рисунках, заданных педагогом.

Репетиции готовой композиции показа коллекции одежды.

Сценические выступления. Отчетное мероприятие коллектива. Участие в концертных номерах городских и региональных мероприятий. Участие в региональных, всероссийских, международных конкурсах.

8. Промежуточная и итоговая аттестация - 8 часов.

Теория - 4 часа.

Тестирование на знание теоретического материала.

Практика - 4 часа.

Проведение промежуточной и итоговой аттестации обучающихся (практические задания). Отчётные и открытые занятия для родителей и педагогов. Отчётный концерт коллектива

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Дефиле:

- а) основные правила идеального дефиле;
- б) стили.

Фотопозирование:

- а) основные правила;
- б) примеры;
- в) образы;
- г) ошибки.

Разминка: упражнения на статику, координацию и равновесие.

1. На вдохе тянуться к потолку, поднимая руки кверху. На выдохе — опустить руки.
2. Вращать правой рукой по часовой стрелке, левой – против часовой стрелки. Через 10-15 движений поменять направление вращения рук.
3. На вдохе отвести назад локти, свести лопатки вместе. При выдохе направить локти вперед.
4. Вытянув вперед слегка согнутые руки, упереть ладонь в ладонь и давить друг на друга. 5. Сцепить руки в замок на уровне живота, ладони «смотрят» вверх. Попытаться разорвать замок движением локтей в стороны. Внимание – на плечи.
6. Пятки и носки вместе, руки на поясе, глаза закрыты. В этом положении стоим 20-30 секунд.

7. Стопы на одной линии (правая перед левой или наоборот), руки на поясе, в этом положении стоим 20-30 секунд. То же, но с закрытыми глазами, стоять 15-20 секунд.

8. Ноги вместе, руки на поясе, подняться на носках, стоять 15-20 секунд. То же, но с закрытыми глазами, стоять 10-15 секунд.

9. Стоим на одной ноге:

- носок тянем вперед;
- в диагональ;
- в сторону;
- в диагональ;
- назад.

Тоже самое повторяем с другой ногой.

10. Стоя на носках (ноги вместе), выполнить 5-8 наклонов туловища вперед до горизонтального положения, один наклон в секунду. То же, но с закрытыми глазами.

11. Стопы на одной линии (правая перед левой или наоборот), руки на поясе, выполнить 8-10 наклонов туловища влево и вправо, один наклон в секунду. То же, но с закрытыми глазами.

12. Стоя на носках (ноги вместе), наклонить голову до предела назад, удерживать это положение 15-20 секунд. То же, но с закрытыми глазами, стоять 10-15 секунд.

13. Стоя на носках выполнить 8-10 пружинящих движений головой влево и вправо, одно движение в секунду

14. Стоя на носках выполнить 10-12 быстрых наклонов головой вперед-назад.

15. Сохранять равновесие, стоя на одной ноге в течение минуты, руки разведены в стороны. Голова поворачивается то влево, то вправо. Взгляд не фиксируется и не помогает сохранять равновесие. С развитием навыка закрыть глаза.

16. Ноги на ширине плеч, руки свободно опущены вниз. Вдох: поднимаем правую ногу, бедро и стопа параллельны полу. Выдох: корпус наклоняется

вперед, руки вытягиваются вперед, нога разгибается в коленном суставе и вытягивается назад. Вдох: переход к прежней позиции. Выдох: возвращение в исходное положение. Затем упражнение повторяется с противоположной стороны.

17. Встаньте на одной ноге, согнув другую и обхватив ее пальцами за щиколотку, а потом старайтесь в течение 6 секунд толкать ногу с силой вниз, вопреки сопротивлению крепко держащей ее руки

18. Приседания на одной ноге, это упражнение чем-то напоминает всем знакомый «пистолетик». Немного согните одну ногу в колене, а на второй выполняйте обычные приседания. Если тяжело удерживать равновесие, можете одной рукой придерживать за турник или стену.

Дефиле. Основные правила идеального дефиле. Стили.

1. Тренироваться желательно в облегчающей одежде, идеальными будут черные лосины и обыкновенная майка, а также в обуви на среднем каблуке (примерно 7 см).

2. Взгляд прямо, походка уверенная.

3. Для начала следует мысленно начертить прямую линию и строго ей следовать. Самым важным в любом дефиле независимо от его стиля является ровная осанка: спина должна быть прямой, плечи опущенными, а макушка немного тянуться вверх. Проверить ровная ли у вас осанка можно став у стены, при этом пятки, ягодицы, лопатки и голова должны ее касаться, зафиксировавшись именно в таком положении нужно тренироваться ходить по прямой линии,

4. Положение стопы. Многие не придают этому особого значения, однако именно направление стопы является очень важным нюансом во время идеальной походки. Каждый шаг нужно начинать с носка, причем они должны быть немного развернуты в противоположенные стороны, а пятки при этом идти по той самой воображаемой линии одна за другой.

5. Длина шага также немало важная особенность, он не должен быть чересчур широким, в идеале – шаг равен длине стопы.

6. В конце подиума обязательно нужно остановиться ровно на три секунды, чтобы дать фотографам возможность сфотографировать модный образ. Остановка в конце подиума может быть разной. Положение рук зависит лишь от вашей фантазии или пожеланий дизайнера.

7. На подиуме существует три стиля походки: классический, романтический и спортивный.

Классический (или так называемый стиль а-ля Нина Риччи) уместен при показе вечерних нарядов, он отличается уверенностью и особой статью модели. Спина должна быть совершенно прямая, подбородок слегка приподнят, а руки убраны на талию.

Спортивному стилю присуща свобода и динамичность. Для этого дефиле характерны широкие шаги и размашистые движения. Такой стремительной походкой можно особенно эффектно продемонстрировать одежду спортивного кроя.

Для **романтического стиля** характерна легкость, непринужденная кокетливость и задор. В такой игривой манере походки идеально демонстрировать легкие наряды из невесомых тканей.

Классический стиль

Максимально скромная одежда и обувь, строгие линии, неяркие тона. Такие же требования к моделям одежды и женским аксессуарам несет в себе классический стиль. Именно через простоту кроя и строгость линий достигается особый шик и изысканность этого стиля.

Характерные черты моделей одежды классического стиля:

- * простота и одновременно виртуозность кроя, подчеркивающая достоинства женской фигуры, без каких-либо излишеств, изощренных деталей, напыщенных украшений;
- * обязательно дорогие, тщательно подобранные ткани очень высокого качества;
- * неяркие, утонченные, ненавязчивые оттенки цветовой гаммы;
- * отсутствие рюшей, бантов, воланов и т. д.;

- * простые, неброские платья и костюмы;
- * изящная обувь без украшений;
- * минимализм женских аксессуаров.

Главный девиз классического стиля – максимум шика и минимум деталей. Женщина, которая придерживается классического стиля, обычно одета в изысканно простое, скромное, без помпезностей платье, приглушенного оттенка.

Спортивный стиль

Спортивный стиль предназначен подчеркивать подтянутость фигуры. Эта одежда по назначению делится на повседневную и для отдыха.

Здесь активно используется отделка: трикотажем, кожей, мехом, а также различное сочетание тканей. Широко применяют отделочные строчки, тесьму, замки, пуговицы, кнопки, пряжки. Характерно использование недорогих материалов.

Спортивный стиль в самом простейшем варианте представлен курткой с карманами, погонами, молниями, надетой с брюками, на которых также накладные карманы, паты, молнии. Кроссовки или ботинки завершают этот комплект одежды для активного отдыха, поездки за город.

Спортивный стиль сегодня - это множество микростилей. Самые популярные из них: сафари - чаще всего летняя одежда из льна, хлопка, смесовых тканей в бело-песочной или коричневой гамме; военизированный - с решениями, взятыми из форменной одежды; униформа - городская одежда, по мотивам рабочей одежды(комбинезоны).

К привычным вариантам спортивного стиля, относят и джинсы. Мы их одеваем, как и любую одежду, в зависимости от обстановки. Спортивный стиль особенно популярен в городе летом.

Этот стиль не рекомендуется, пожалуй только девушкам с романтической внешностью. Но и тут мода предлагает выход: сегодня она удачно соединяет те же джинсы с блузкой в «бельевом» стиле, а это уже женственное начало.

Что делать перед камерой во время фотосессии?

Если у вас нет конкретного продуманного заранее плана съемки, тогда попробуйте прибегнуть к вариантам создания различных поз, для этого можете использовать следующие приемы:

- поджать ноги при позах стоя и сидя;
- отвести далеко в сторону или назад ноги;
- вытянуть руки и ноги в различные стороны;
- совместить различные части тела;
- выпятить в сторону бедро;
- вытянуть вниз и в сторону одну ногу;
- предельно вытянуть руки, ноги и голову;
- удерживать часть тела на весу;
- изобразить, будто от чего-то убегаешь;
- обернуться;
- скрестить руки и ноги;
- создать замкнутый контур при помощи рук и ног;
- поправлять прическу и макияж;
- свесить тело вперед;
- толкать или тянуть что-то воображаемое;
- повиснуть на какой-либо опоре;
- немного согнуть колени;
- предельно прогнуться в талии;
- предельно выпятить грудь;
- расположить руки и ноги на разных уровнях;
- выглядывать из-за чего-либо;
- сильно согнутое колено одной ноги поднять вверх;
- изобразить, что холодно;
- откинуть тело назад.
- обхватить руками себя или какие-либо предметы;

Также можно:

- натягивать, задираать, поправлять, подтягивать или снимать детали одежды, аксессуары, обувь;
- удерживать равновесие, как при ходьбе по канату;
- прикрывать большую часть тела каким-либо предметом или естественной преградой;
- изобразить какое-либо животное, принять позу или сделать жест, характерный для какой-либо популярной профессии.
- положить руки на какую-то часть тела, лучше на наиболее выигрышную, или на предмет;
- обхватить часть тела руками в разнообразных комбинациях;
- вывернуть руки или ноги наружу или внутрь, демонстрируя, соответственно, запястья или внутреннюю сторону бедра;
- отогнуть пальцы при выполнении тех или иных действий.



1. Лучше всего начать фотографировать с самой простой позы для фотографии. Очень легко описать и понять, как принять такую позу. Эту позу можно назвать «портрет со стороны». Просто скажите своей модели, чтобы стала к вам боком, повернула голову и через плечо смотрела в объектив камеры. Пусть расправит плечи, а руки свободно свисают вниз.



2. Посмотрев на иллюстрацию, вы должны запомнить главное – это будет портрет, на котором руки охватили голову. Это все, что вам нужно знать для создания исходной позы. Со временем у вас вполне могут получиться собственные удачные сочетания лица и рук на снимках.



3. Ещё одной позой для фотографии, дающей простор для творчества, является поза с руками на груди. Обратите внимание, что руки не скрещены, а просто лежат чуть ниже линии груди. Также попросите модель не охватывать их слишком сильно и не прижимать верхнюю руку к телу. Пусть это будет простая и естественная поза.



4. Эта поза не требует особых объяснений – модель стоит вполоборота, положив руку на талию.



5. Концепция этой простой, но элегантной позы заключается в следующем – модель стоит возле стены, держа руки за спиной.



6. Ещё одна поза возле стены, но на этот раз модель стоит лицом к стене. Обе руки слегка касаются стены чуть ниже линии груди.



7. Сложность этой позы для модели заключается в том, что она стоит на небольшом удалении от стены, опираясь в неё плечом, которое слегка выдвинуто вперед. Рука, касающаяся стены, расслаблена. Вес тела модели перенесен на ногу, которая удалена от стены, а ноги скрещены. Вторая рука лежит на бедре. Локоть оттянут за спину.

Сценарий конкурса «МОДЕЛЬКА ГОДА»

На закрытой занавесом сцене звучит вступление к «Золотой симфонии»

Ведущий Симфония звука,
 Симфония света
 Обласкана музыкой
 Солнцем согрета
 Волнуясь и веря,
 И в сон погружаясь,
 Симфонии звука
 Меня обнимает

Показ коллекции «Золотая симфония»

Занавес открывается, выход двоих ведущих

Ведущий 1: Мы приветствуем всех гостей и участников на празднике

красоты и грации.

Ведущий 2: Добрый день дорогие друзья.

Сегодня у нас не просто традиционный показ коллекций театра Моды «Очарование», сегодня - конкурс «Моделька года, в котором участвуют девочки первого года обучения. Они делают свои первые шаги на сцене, и им очень нужна ваша поддержка и аплодисменты.

Ведущий 1: Оценивать конкурсные задания будет строгое, но справедливое жюри

Председатель жюри: _____

Члены жюри:

Ведущий 2: Мы хотим обратить ваше внимание на то, что театр моды это не модельное агентство, где учитывается только рост от 172 см и параметры 90-60-90; наш театр моды – это коллектив, который раскрывает творческие способности каждого ребенка.

Ведущий 1: Мы начинаем конкурс. Каждое занятие начинается с разминки, и первый конкурс, на котором мы познакомимся со всеми конкурсантками, так и называется - «РАЗМИНКА». Участницы демонстрируют свое умение в исполнении танцевального тренажа «Боди-денс» (звучит фонограмма песни «Нам море по колено»). Выход участниц. Выступление. По окончанию номера участницы остаются на сцене.

Ведущий 2: Итак, под номером 1 _____ называются фамилии участниц и их порядковый номер.

Ведущий 1: Пока наши участницы готовятся к следующему номеру,

вашему вниманию предлагается коллекция одежды «Льняные забавы». Эта коллекция любима как зрителем, так и самими участниками коллектива. Лауреат 3 степени конкурса «Намоднение-2003» театр моды «Очарование» и коллекция летней молодежной одежды «Льняные забавы».

Ведущий 2: Наших моделей мы учим не только пластике, технике походки, но важно научить ребенка создать образ, который донесет до зрителя замысел художника. Девочка должна быть актрисой и меняться в зависимости от костюма, который она демонстрирует.

В исполнении театра моды «Очарование» - одна из лучших коллекций одежды «Египетские фрески».

Конкурс «Домашнее задание»

Ведущий 1: Все участницы были разбиты на две команды. Каждой команде была дана тема показа, и девушки должны были проявить фантазию и навыки режиссуры и сделать показ.

Школьная форма

Весенние прикольчики.

Членов жюри просим так же обратить внимание именно на артистизм участниц.

Итак, - «Школьная форма». Девочки решили доказать, что можно быть загадочными и таинственными в простой обычной школьной форме.

Мелодия «Мадонна» - показ.

Ведущий 2: А теперь 2 группа участниц в несерьезном показе «Весенние прикольчики».

Ведущий 1: Для вас - музыкальный номер

Ведущий 2: Пока наше жюри подводит итоги, еще раз театр мод «Очарование» с несерьезным номером «Джинсовые хулиганки».

Номер «Джинсовые хулиганки». Остаются на сцене.

Ведущий 1: По традиции на этом конкурсе мы награждаем еще и тех, кто занимается в театре моды не первый год.

Ведущий 2: Дипломами награждаются:

Номинации

Победители конкурса «Намоднение»

Активное участие в жизни коллектива.

Большая концертная деятельность.

Ведущий 1: А для наших номинантов - музыкальный номер.

Ведущий 2: Продолжаем наш конкурс.

Юные модели продемонстрируют технику походки и умения быть красивыми в любое время года. На улице - весна, но у нас на подиуме – прохладно.

Звучит музыка « Шапки».

(демонстрация зимних элементов одежды).

Ведущий 1: Слово членам жюри для объявления пяти финалисток конкурса.

Выход финалисток композиция «Огонь»

Ведущий 2: Существует миф, что если девушка красива, то она не очень умна. Мы хотим развеять этот миф.

Сейчас наши участницы будут отвечать на каверзные, несерьезные вопросы.

Если ты победила бы в конкурсе «Мисс Вселенная», какие первые слова ты скажешь и кому?

Тебя забросили на необитаемый остров. Какие 3 самые необходимые или дорогие сердцу вещи возьмешь с собой и почему?

Представь, что я волшебник, и могу превратить тебя в любое животное, какое ты выберешь и почему?

1 канал ТВ предложил тебе сняться в рекламном ролике.

Реклама на выбор «хозяйственное мыло», «мочалку», «корыто для стирки», что ты выберешь? Твое рекламное предложение. Ты собираешься в гости и, конечно же, хочется надеть самую короткую юбку, но мама - против, она предлагает юбку длиннее, чтобы выглядеть скромнее. Как ты выйдешь из ситуации, чтобы и маму не обидеть и себе не испортить настроение?

Ведущий 1: Я надеюсь, что мы развеяли миф о глупых красавицах. Наши девушки не только красивы, но еще умны и остроумны, в чем мы с вами убедились. Конкурс подходит к концу, но, прежде чем жюри объявит победительниц, мы приглашаем на сцену всех участниц конкурса (дефиле всех участниц в вечерних нарядах).

Ведущий 2: Для объявления результатов мы приглашаем на сцену наше уважаемое жюри.

Жюри объявляет победительниц по номинациям:

«Самая обаятельная »

«Надежда подиума»

Председатель жюри называет победительницу конкурса «Моделька года».

Награждение призами и дипломами всех участников.

Ведущий 1: Праздник завершен! Мы говорим вам: «До свидания, до встречи в новом учебном году».

Промежуточный контроль

Теоретический блок к проверочному занятию.

Цель: Проверка объема и качества усвоения теоретических основ по классическому дефиле.

Вопросы:

1. Типы осанки (нарушения).
2. Понятие «Дефиле»
3. Типы походки. Рекомендации к выработке правильной походки.
4. Походка и стиль одежды.
5. Техника выполнения шага
6. Характеристика боковой стойки
7. Характеристика поворота «книжка»
8. Характеристика поворота «квадрат»

Содержание проверочного занятия.

№	Содержание проверочного задания	Цель проверки
1.	<u>Теоретический блок</u> 1. Понятия «дефиле» 2. Типы походки. Рекомендации к выработке правильной походки 3. Техника выполнения шага. 4. Классификация стоек. 5. Характеристика боковой стойки. 6. Применение поворотов. Их отличительные особенности. 7. Характеристика «четвертого» поворота. 8. Характеристика «скользящего» поворота. 9. Характеристика поворота «книжка». 10. Характеристика поворота «квадрат».	Проверка объема и качества усвоения теоретических основ по классическому дефиле.
2.	<u>Практический блок</u> 1. Выполнения основной классической стойки, выполнение поворотов на месте: «четвертой», «скользящий», «книжка», «квадрат».	Проверка объема и качества выполнения всех элементов

<p>2. Выполнение комбинаций: выход на подиум, 12 шагов вперед, 12 шагов назад, уход с подиума.</p> <p>3. Выполнение комбинаций: выход на подиум, 6 шагов вперед, остановка, 2 четвертых поворота, 6 шагов вперед, поворот, 12 шагов назад, уход с подиума.</p> <p>4. Выполнения комбинаций: выход на подиум, выполнение поворота «квадрат» через 12 шагов, четвертой поворот, уход с подиума.</p> <p>5. Выполнение комбинаций: выход на подиум, проходка до конца подиума, стойка с выносом ноги в сторону.</p> <p>6. Выполнение комбинаций: выход на подиум, по середине проходки выполнить поворот «книжка».</p> <p>7. Выполнение комбинаций: выход на подиум, 6 шагов вперед, полный «скользящий» поворот, дойти до конца подиум (движения в две линии).</p> <p>8. Выполнение комбинаций: выход на подиум, проходка по схеме «треугольник» (3 человека).</p> <p>9. Выполнение комбинаций: выход на подиум, каскад из, поворот на 360 градусов и боковой стойки (движения в две линии по 3 человека навстречу друг другу).</p> <p>10. Выполнения комбинаций: выход на подиум, выполнить поворот на 360 градусов и боковой стойки (движения в две линии по 3 человека навстречу друг другу).</p> <p>11. Выполнение комбинаций: выход на подиум, выпады через 3 шага, четвертой поворот, 6 шагов назад, поворот, «книжка», уход с подиума.</p>	<p>дефиле классического стиля.</p>
--	------------------------------------

План занятия.

1. Разминка.
2. Проверка теоретических знаний.
3. Выполнение практических заданий.

Организационный этап: Обеспечить подготовленность учебного помещения к занятию, проверить подготовленность обучающихся к занятию.

1. Вводная часть.

Приветствие.

Рапортчика (фиксация отсутствующих).

Раскрытие общей цели занятия и плана его проведения.

2. Основная часть.

2.1. Проведение разминки, которая состоит:

- аэробная часть (танцевально-спортивные движения) направлена на разогрев мышц;
- упражнения на формирование правильной осанки;
- силовая часть направлена на развитие: физической выносливости, формирование рельефа мышц;
- упражнения для «проблемных зон»;
- растяжка направлена на: развитие гибкости, восстановление дыхания.

2.2. Этап проверки знаний, умений и навыков обучающихся по дефиле:

а) теоретический блок-проверка усвоения обучающимися теоретических знаний.

б) практический блок-проверка выполнения элементов дефиле.

Методы и приемы проверки:

- вопросно-ответное общение.
- постановка дополнительных вопросов для проверки прочности знаний.
- обращение: продолжить ответ обучающегося, который уже отвечает.
- разноуровневые самостоятельные работы по выполнению практических заданий.
- групповая работа.

3. Заключительный этап.

Подведение итогов занятия.

Задача: дать качественную оценку работы и отдельных обучающихся.

Итоговая аттестация обучающихся

Билет № 1

1. Понятие дефиле.
2. Сходство и отличие подиумного шага от танцевального.
3. Выполнить основную стойку, проход, шаг поворот на 180 .

Билет № 2

1. Виды дефиле.
2. Основные составляющие тренажа «Боди-денс».
3. Выполнение 3-х упражнений для формирования правильной осанки.

Билет № 3

1. «Линия пятки» - определение.
2. Красивая осанка как залог успеха и самореализации.
3. Проход- поворот «Цветок» шаг поворот на 90. уход.

Билет № 4

1. Дефиле - как синтез моды, музыки танца.
2. Факторы, влияющие на формирование правильной осанки.
3. Демонстрация основного шага, поворот на 360-уход.

Билет № 5

1. Театрализованное дефиле. Характеристика.
2. "Боди-денс" - основные составляющие.
3. Изобразить походку человека в зависимости от возраста (1,2,3-возрастные гр.).

Билет № 6

1. Понятие дефиле.
2. Нарушение осанки. Виды.
3. "Вечернее платье" - показ - импровизация.

Билет № 7

1. Взаимосвязь пластики движений и стиля одежды.
2. Правильная осанка – основа красивой походки.

3. Выполнить комбинацию: выход 8 шагов, боковая стойка с выносом бедра, шаг поворот на 180 уход.

Билет № 8

1. Геометрия мизансцены - основные сведения об эмоциональных возможностях.
2. Спортивное дефиле. Характеристика.
3. Упражнения для укрепления мышц спины (выполнить 3-4)

Билет № 9

1. Виды дефиле.
2. Сходство и отличие подиумного шага от танцевального.
3. Выполнение поворотов: Книжка, поворот на 180 ,Цветок.

Билет № 10

1. Боди-денс - танцевальный тренаж, как синтез музыки спорта и танца.
2. Виды нарушения осанки. Характеристика.
3. Русский народный костюм - показ импровизация.

Билет № 11

1. Три основных составляющих красивой походки.
2. Взаимосвязь пластики и стиля одежды.
3. Работа на подиуме с использованием аксессуаров.

Билет № 12

1. Понятие дефиле.
2. Красивая осанка, как залог успеха и самореализации.
3. Выполнить комбинацию: выход на подиум, проход, выпад в сторону, четвертной поворот, уход.

Критерии оценки.

Уровень образовательного результата	Теория	Практика
Высокий уровень Полное освоение содержания программы	Владеет всем объемом знаний, полученным в процессе обучения	Владеет техникой. Без ошибок выполняет стойки, повороты. Умение синхронно работать в парах, тройках, группе
Средний уровень Почти полное усвоение на уровне репродукции	Владеет не всем объемом знаний. Допускает ошибки.	Допускает ошибки при выполнении основных элементов дефиле, Умение работать в паре.
Низкий уровень Затрудняются выполнять задание	Владеет небольшим объемом знаний. Допускает много ошибок.	Допускает много ошибок при выполнении основных элементов дефиле. Не умеет работать в паре, тройках, группе

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Беляева-Экземплярская, С.Н. Моделирование одежды по законам зрительного восприятия [Текст] / С. Н. Беляева-Экземплярская. – М.: Академия моды, 1996. – 340 с.
2. Ваш гардероб - стиль – имидж [Текст] / под ред. И. Демидовой. – Минск: Сервег, 1999 г. 463 с.
3. Денисова, О. М. Цветоведение [Текст] /О. М. Денисова. –Кострома: КГТУ, 2006. -42 с.
4. Джим, Х. Уроки танцев [Текст] /Х. Джим. –М.:Астрелью, 2009. -192 с.
5. Ермилова, В. В. Моделирование и художественное оформление одежды [Текст] / В. В. Ермилова, Д. Ю. Ермилова. –М.:Мастерство; Академия, Высшая школа, 2001. -180 с.
6. Каминская, Н. М. История костюма [Текст] / Н. М. Каминская. –М.: Легпромбытиздат, 1986 г.
7. Конструирование одежды с элементами САПР [Текст]: Учебник для вузов /Е.Б. Коблякова и др. – 4 изд., перераб. и доп. – М.: Легпромбытиздат, 1988. – 464 с.
8. Коул, Л. Уроки модельного мастерства [Текст] / Л. Коул. –М.:Фаир, 2011.
9. Крючкова, Г. А. Конструирование женской и мужской одежды [Текст] /Г. А. Крючкова. –М.:Академия, 2007. – 400 с.
10. Куренова, С. В., Конструирование одежды [Текст] / С. В. Куренова, Н. Ю. Савельева – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 480 с.
11. Лисицкая, Т. Аэробика на все вкусы [Текст] / Т. Лисицкая. -М.: Просвещение, 2004. -96 с.
12. Магия цвета: Сборник [Текст] / Г. Клар, М. Люшер и др. – Харьков: АО ”Сфера”, 1996. – 432 с.
13. Мартынова, А. И. Конструктивное моделирование одежды [Текст] : учеб.пособие для вузов /А.И. Мартынова, Е.Г. Андреева. - М.: Московская государственная академия легкой промышленности, 2002. - 216 с.,
14. Матузова, Е. М. Мода и крой [Текст] / Е. М. Матузова, Р. И. Соколова, Н. С. Гончарук. –М.: Институт Индустрии Моды, 2001. – 382 с.

15. Мерцалова, М. Н. Костюм разных времен и народов [Текст] : в 4 т. Т. 1 / М. Н. Мерцалова. – М.: Академия моды, 1993. – 543 с.
16. Метревели, В. Путеводитель по подиуму [Текст] / В. Метревели. – М.: Эксмо-пресс, 2010. – 320 с.
17. Мешкова, Е. В. Конструирование одежды: учеб. пособие [Текст] / Е. В. Мешкова. – 2-е изд., – М.: Оникс, 2009. – 288 с.
18. Основы теории проектирования костюма [Текст] : учеб. для вузов / под ред. Т. В. Козловой. – М.: Легпромбытиздат, 1988. – 352 с.
19. Прокопов, К. Клубные танцы [Текст] / К. Прокопов, В. Прокопова. М.: АСТ, 2010. – 280 с.
20. Резникова, З. Приглашение к танцу [Текст] / З. Резникова. – М.: Музыкальная литература, 2006. – 280 с.
21. Рогаткова, И. Танцы для детей [Текст] / И. Рогаткова. – М.: Астрель, 2009.
22. Салариа, Д. Одежда для работы и отдыха [Текст] / Д. Салариа, Ж. Морли. – М.: Росмэн, 1994. – 55 с.
23. Сиденко, А. Как стать автором педагогической разработки [Текст] / А. Сиденко, В. Чернушенко. М.: Школьные технологии, 2009. – 430 с.
24. Скрипник, Л. Ю. Методические указания к лабораторной работе. “Анализ формы и конструкции одежды” для студентов специальности 28.06.09. [Текст] / Л. Ю. Скрипник, Т. А. Кравцова. – Владивосток: ДВТИ, 1991. – 40 с.
25. Смит, Л. Танцы - начальный курс [Текст] / Л. Смит. – М.: Астрель, 2011. – 47 с.
26. Таули, А. Дефиле [Текст] / А. Таули. – М.: Азбука-классики. 2010 г.
27. Фернандес, А. Рисунок для модельеров [Текст] / А. Фернандес, Г. М. Ройг. – М.: Арт-Родник, 2007. – 194 с.
28. Черемнова, Е. Ю. Танцетерапия [Текст] / Е. Ю. Черемнова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 251 с.
29. Шершнева, Л. П. Конструирование одежды: Теория и практика [Текст] / Л. П. Шершнева, Л. В. Ларькина. – М.: Форум, 2006. – 317 с.

Рекомендуемая литература для обучающихся

1. Лисицкая, Т. Аэробика на все вкусы[Текст]/ Т. Лисицкая. –М.: Просвещение, 2004.
2. Резникова, З. Приглашение к танцу[Текст]/ З. Резникова. –М.: Музыкальная литература, 2006. –280 с.
3. Лисицкая, Т. Аэробика на все вкусы[Текст] / Т. Лисицкая.–М.: Просвещение, 2004. -96 с.
4. Вейдер, С. Фитнесс-путеводитель для начинающих [Текст] / С. Вейдер. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 320 с.
5. Смит, Л. Танцы - начальный курс [Текст] / Л. Смит. –М.:Астрель, 2011. - 47 с.
6. Коул, Л. Подиум. Уроки модельного мастерства [Текст] / Л. Коул, Ж. Викерс-Джонс. –М.:ФАИР, 2011. -162 с.
7. Стенура, М. Как стать моделью [Текст] / М. Стенура.–Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 220 с.
8. Фернандес, А. Рисунок для модельеров [Текст]/А. Фернандес, Г. М. Ройг. –М.:Арт-Родник, 2007. –194 с.
9. Крючкова, Г. А. Конструирование женской и мужской одежды [Текст] /Г. А. Крючкова. –М.:Академия, 2007. – 400 с.

Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр моды «Очарование»

Год обучения: 1.

Учебная неделя (число, месяц)	Время проведения занятий	Кол-во часов	Форма занятий	Тема занятия	Часов			Место проведения занятий	Форма контроля
					Всего	Теория	Практика		
06.09-12.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Вводное занятие</p> <p>Теория: Знакомство с педагогами. Цели и задачи объединения. Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы. Правила поведения в хореографическом зале.</p> <p>Практика: Расстановка детей в зале. Проверка музыкального слуха. Проверка на координацию движения.</p>	2	1	1	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
13.09-19.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Танцевальная разминка</p> <p>Теория: Правила выполнения разминки и заминки. Основная часть - танцевальная. Заминка – растяжка, расслабление мышц.</p>	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
13.09-19.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Осанка фигуры человека</p> <p>Теория: Понятие термина «Правильная осанка».</p>	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
13.09-19.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Современный танец</p> <p>Теория: Классический джаз (классический танец и джазовая пластика).</p>	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
20.09-26.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Основы подиумного шага</p> <p>Теория: Понятие «Подиумный шаг».</p>	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
20.09-26.09	по расписанию	2	гр.	<p style="text-align: center;">Танцевальная разминка</p> <p>Практика: Упражнения для головы, шеи, плечевого пояса.</p>	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.

20.09-26.09	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Позиции ног: - параллельные позиции ног (I, II, IV, V); - аут-позиции (выворотные позиции ног) (I, II, IV, V); - ин-позиции (завернутые позиции ног) (I, II).	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
27.09-03.10	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения для головы, шеи, плечевого пояса.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
27.09-03.10	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Определение осанки у обучающихся.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
27.09-03.10	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Позиции и положения рук: - подготовительное положение; - 1-я, II-я, III-я; - положение кисти «флекс»; - «джаз-хенд»; - пресс-позиция; - промежуточные позиции рук.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
04.10-10.10	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Теория: Основные условия для правильного выполнения тренажа.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
04.10-10.10	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Постановка корпуса модели.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
04.10-10.10	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Изоляция. Виды движений и техника исполнения по центрам.	2		2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
11.10-17.10	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Теория: Понятие «Классический танец».	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
11.10-17.10	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Определение осанки у	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль,

				обучающихся.					самоконтроль.
11.10-17.10	по расписанию	2	гр.	Современный танец Теория: Объяснение техники исполнения изучаемого материала. Изучение терминологии.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
18.10-24.10	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса, мышц кисти и предплечья.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
18.10-24.10	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Постановка корпуса модели.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
18.10-24.10	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Партер. Проработка на полу положений ног – flex, point.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
25.10-31.10	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Изучение подготовительной I, II, III позиций рук.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
25.10-31.10	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Теория: Значение концертных выступлений, творческих мероприятий в деятельности коллектива.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
25.10-31.10	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Партер. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
01.11-7.11	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Правильное положение тела – постановка корпуса модели.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
01.11-7.11	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса, мышц кисти и предплечья.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
01.11-7.11	по расписанию	2	гр.	Современный танец Теория: Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна).	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.

08.11-14.11	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Теория: Физические упражнения, как способ избавления от стрессов.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
08.11-14.11	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Изучение подготовительной I, II, III позиций рук.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
08.11-14.11	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Партер. Упражнения stretch-характера в положении лежа. Упражнения stretch-характера в положении сидя.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
15.11-21.11	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Теория: Правильное положение тела – постановка корпуса модели.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
15.11-21.11	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Постановка простейших по форме хореографических номеров.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
15.11-21.11	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Разогрев. Plie (у палки и на середине).	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
22.11-28.11	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Определение осанки у обучающихся. Анализ.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
22.11-28.11	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Постановка корпуса модели.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
22.11-28.11	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Разогрев. Battement tendu, battement tendu jete (у палки и на середине).	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
29.11-05.12	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Изучение I, II, III, IV позиций ног.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
29.11-05.12	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения на развитие гибкости шеи.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
29.11-05.12	по	2	гр.	Современный танец	2	2	-	кабинет	Наблюдение,

	расписанию			Теория: Джаз-бит – «ритмический джаз».				хореографии	беседа.
06.12-12.12	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Постановка простейших по форме хореографических номеров.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
06.12-12.12	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Теория: Основные элементарные позиции рук и ног, постановка корпуса, головы.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
06.12-12.12	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Разогрев. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (у палки и на середине)	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
13.12-19.12	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Постановка корпуса модели.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
13.12-19.12	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, спины.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
13.12-19.12	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Элементарные акробатические элементы.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, самоконтроль
20.12-26.12	по расписанию	2	гр.	Промежуточная аттестация Теория: тестовые задания.	2	2	-	кабинет хореографии	Тестирование. Опрос
20.12-26.12	по расписанию	2	гр.	Промежуточная аттестация Практика: практическое задание.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
20.12-26.12	по расписанию	2	гр.	Тема: Современный танец Практика: Battement fondu.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
27.12-02.01	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения на развитие гибкости шеи.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
27.12-02.01	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Кросс. Шоссе.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
10.01-16.01	по	2	гр.	Осанка фигуры человека	2	2	-	кабинет	Наблюдение,

	расписанию			Теория: Роль упражнений для формирования и коррекции осанки.				хореографии	беседа.
10.01-16.01	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
10.01-16.01	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Кросс.Шоссе (закрепление).	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
17.01-23.01	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, спины.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
17.01-23.01	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Участие в конкурсной программе для хореографических коллективов ДДТ «Первые шаги».	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
17.01-23.01	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Кросс. Па-де-ша.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
24.01-30.01	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль, практические задания
24.01-30.01	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Выполнение основной, базовой позиции в статике.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
24.01-30.01	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Упражнения из тренинга актерского мастерства.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль.
31.01-06.02	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Работа над правильностью исполнения движений в хореографических номерах.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение

31.01-06.02	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, самоконтроль, педагогический контроль
31.01-06.02	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: упражнение на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («огонь-лед»).	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
07.02-13.02	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения на развитие эластичности плечевого сустава, локтевого сустава (Твист плечами. Шейк плечами).	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
07.02-13.02	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Партерный экзерсис, включающий элементы «игрового стрейчинга».	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
07.02-13.02	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Кросс. Па-де-ша (закрепление)	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, самоконтроль, педагогический контроль
14.02-20.02	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: : Работа над правильностью исполнения движений в хореографических номерах.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
14.02-20.02	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Партерный экзерсис.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, самоконтроль, педагогический контроль
14.02-20.02	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: упражнение на освобождение от мышечного напряжения и телесного	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение

				зажима («пластилиновые куклы»).					
21.02-27.02	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Теория: Определение «Линии пятки».	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
21.02-27.02	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Партер. Упражнения stretch-характера в положении лежа.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
28.02-06.03	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Выполнение основной, базовой позиции в статике.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
28.02-06.03	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения комплекса «Буратино».	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
28.02-06.03	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика. Партер. Упражнения stretch-характера в положении сидя	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
07.03-13.03	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Исполнение простых танцевальных движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
07.03-13.03	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Работа над синхронностью.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
07.03-13.03	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика. Партер. Упражнения stretch-характера в положении сидя	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
14.03-20.03	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Работа над синхронностью.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
14.03-20.03	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Импровизация (подиумный шаг).	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
14.03-20.03	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика. Партер. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
21.03-27.03	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Основы подиумного шага	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания,

				Практика: Выполнение основной, базовой позиции в статике.					наблюдение
21.03-27.03	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Исполнение простых танцевальных движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
21.03-27.03	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Упражнение на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («Марионетки»)	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
28.03-03.04	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Партерный экзерсис, включающий элементы «игрового стрейчинга».	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
28.03-03.04	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: Партерный экзерсис.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
28.03-03.04	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Комбинации на основе изученных движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
04.04-10.04	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Исполнение простых танцевальных движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
04.04-10.04	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Теория: Просмотр выступлений других коллективов, информация о них.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
04.04-10.04	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Изолированная работа мышц в положении сидя.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
11.04-17.04	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Открытый урок	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение
11.04-17.04	по расписанию	2	гр.	Танцевальная разминка Практика: Упражнения для развития: эластичности стопы, укрепление мышц брюшного пресса, развития гибкости	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение

				позвоночника, выработки равновесия.					
11.04-17.04	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Партер. Изолированная работа мышц в положении лежа	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
18.04-24.04	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Практика: Разучивание различных видов танцевального шага и отработка их под музыку: приставной шаг; шаг с притопом; припадание; шаг с подскоком.	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
18.04-24.04	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: ОФП. Выполнение упражнений на исправление осанки.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль, практические задания
18.04-24.04	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: комбинации на основе изученных движений.	2		2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
25.04-01.05	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Участие в праздничных мероприятиях и концертах ДДТ	2	-	2	кабинет хореографии	Педагогический контроль, самоконтроль
25.04-01.05	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Элементарные акробатические элементы.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
02.05-08.05	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Участие в праздничных мероприятиях и концертах ДДТ	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
02.05-08.05	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Разучивание основного шага.	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания
02.05-08.05	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Plie (на середине): по параллельным позициям; по выворотным позициям.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль.
09.05-15.05	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Постановка хореографических номеров.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль

09.05-15.05	по расписанию	2	гр.	Азбука классического танца Теория: Беседа с показом видеоматериала о балете.	2	2	-	кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
16.05-22.05	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Постановка хореографических номеров.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
16.05-22.05	по расписанию	2	гр.	Промежуточная аттестация Теория: тестовые задания	2	2		кабинет хореографии	Наблюдение, беседа.
16.05-22.05	по расписанию	2	гр.	Промежуточная аттестация Практика: практическое задание	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
23.05-29.05	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Комбинации на основе изученных движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль.
23.05-29.05	по расписанию	2	гр.	Осанка фигуры человека Практика: ОФП. Выполнение упражнений на исправление осанки.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
23.05-29.05	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль.
30.05-05.06	по расписанию	2	гр.	Репетиционно-постановочная работа Практика: Постановка хореографических номеров. Работа над правильностью исполнения движений.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль
30.05-05.06	по расписанию	2	гр.	Современный танец Практика: Battement tendu, battement tendu jete (на середине): по параллельным позициям.	2	-	2	кабинет хореографии	Наблюдение, самоконтроль.
30.05-05.06	по расписанию	2	гр.	Основы подиумного шага Практика: Разучивание шага с пятки, шаг по линии «пятки».	2	-	2	кабинет хореографии	Практические задания, наблюдение
		216			216	39	177		