Приложение № 4 к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «Гармония»

**Рабочая программа учебного курса**

**«Инфинити»**

**1.Учебно-тематический план по курсу**

 **«Инфинити»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Название разделов и тем** | **Теория** | **Практика** |
|  | **1. Введение в образовательную программу** | **1** | **-** |
|  | **2. Партерная гимнастика** | **-** | **10** |
| 2.1 |  Укрепление мышц стоп. | **-** | 1 |
| 2.2 |  Укрепление мышц спины. | **-** | 3 |
| 2.3 |  Разработка тазобедренного сустава. Отработка силы ног.  | - | 3 |
| 2.4 |  Развитие подъема. | - | 3 |
|  | **3. Экзерсис классического танца** | **-** | **1** |
| 3.1 |  Закрепление пройденного материала. | **-** | 1 |
|  |  **4. Упражнения на середине** | **2** | **6** |
| 4.1 |  Позы классического танца. | 1 | 1 |
| 4.2 |  Схематичное проучивание крутки с подскоком. | **-** | 3 |
| 4.3 |  Диагональные вращения. | 1 | 2 |
|  | **5. Репетиционная работа** | **-** | **7** |
| 5.1 |  Диагональные вращения, крутка с подскоком. | **-** | 2 |
| 5.2 |  Растанцовка, комбинации из движений народного танца, крутки, поклоны | **-** | 2 |
| 5.3 |  Разучивание движений постановочного танца. | **-** | 2 |
| 5.4 |  Закрепление и повторение разучиваемых движений. | **-** | 1 |
|  | **6. Постановочная работа** | - | **10** |
| 6.1 |  Объединение движений в комбинации. | - | 1 |
| 6.2 |  Рисунки танца. | - | 1 |
| 6.3 |  Объединение блоков и рисунков в законченную форму – танец. | - | 2 |
|  6.4 |  Работа над образом. | - | 1 |
| 6.5 |  Работа над эскизами костюмов. | - | 1 |
| 6.6 |  Репетиции в костюмах. | - | 1 |
| 6.7 |  Генеральные репетиции, сдача готовой постановочной работы. | - | 3 |
|  | **ИТОГО:** | **3** | **34** |

 2.**Содержание по темам**

**1. Введение в образовательную программу.** *Теория(1ч.)*

**2. Партерная гимнастика**

**2.1** **Укрепление мышц стоп.**

Практика. (1ч.)Упражнения на укрепление мышц стоп:

Рисование ступнями круги;игра – «достань носочком пол», «Птички полетели».

**2.2 Укрепление мышц спины.**

Практика.(3ч.) Упражнения на укрепление мышц спины:«самолетик», «лодочка», «мостик», «кольцо».

**2.3 Разработка тазобедренного сустава. Отработка силы ног.**

*Практика.* (3ч.)Упражнения для развития тазобедренного сустава:«лягушка», «бабочка», «отдых». Махи ногами вперед поочередно на 45-90 градусов.Упражнение лежа.

**2.4 Развитие подъема.**

*Практика.* (3ч.)Упражнения на развитие подъема: ступни вверх-вниз, игра «Каменный век».

**3. Экзерсис классического танца.**

**3.1** **Закрепление пройденного материала.**

*Практика.* (1ч.)Отрабатывание техник, проученных движений.

**4. Упражнения на середине.**

**4.1 Позы классического танца.**

*Практика. (1ч.)*Отрабатывать координацию движений рук , головы, ног.

**4.2**.**Схематичное проучивание крутки с подскоком.**

*Практика.*  (3ч.)Выработка легкости исполнения.

**4.3** **Диагональные вращения.**

*Практика.* (2ч.)Отработка четкого поворота головы, устойчивости корпуса.

 **5. Репетиционная работа.**

**5.1** **Диагональные вращения, крутка с подскоком.**

*Практика.(2ч.)*Отработать четкое исполнение движения.

**5.2** **Растанцовка, комбинации из движений народного танца, крутки, поклоны.**

*Практика.(2ч.)* Соединение движений в комбинации, работа над выразительностью.

**5.3** **Разучивание движений постановочного танца.**

*Практика (2ч.).* Соединения движений в комбинации, работа над выразительностью.

**5.4 Закрепление и повторение разучиваемых движений.**

*Практика. (2ч.)*Отработка техники исполнения движений.

 **6. Постановочная работа.**

**6.1** **Объединение движений в комбинации.**

*Практика.(1ч.)* Разбивка танца на блоки.

**6.2** **Рисунки танца.**

*Практика(1ч.).* Построение рисунков танца.

**6.3** **Объединение блоков и рисунков в законченную форму – танец.**

*Практика(2ч.).* Творческий подход в работе над танцем.

**6.4** **Работа над образом.**

*Практика.(1ч.)*Работа над выразительностью и артистичностью.

**6.5** **Работа над эскизами костюмов.**

*Практика.(1ч.)* Работа с эскизами.

**6.6 Репетиции в костюмах.**

*Практика.(1ч.)*Работа над танцем в костюмах.

**6.7 Генеральные репетиции, сдача готовой постановочной работы.** *Практика (3ч.)*  Соединение технического исполнения с артистичностью.