

**Навчально-тематичний план
хореографічного гуртка
початковий рівень**

№ з/п	Розділ, тема	Кількість годин		
		усього	теоретичні	практичні
1.	Початкова хореографічна підготовка (всього 190,5 годи)			
	1. Основи музичного руху (40год.)			
	Вступ.	2	2	-
	Поняття такт, затакт, музичний розмір, динамічні відтінки.	4	2	2
	Шикування та перешикування на марші: з колони в шеренгу, з шеренги в ланцюжок, з ланцюжка в равлик, в коло, колону, з колони в пари і знову в колону, створення кола з колони; вільне розміщення на площині зали;	4	-	4
	Танцювальні кроки в образах (ліричний, комічний, трагічний, м'який, змінний, ударний, стрибковий, бігунець) із зміною напрямку за сигналом керівника гуртка.	6	-	6
	Відплескування різних тривалостей з одночасним маршируванням чи перебудовою	4	-	4
	Різні види бігу під музику різного темпу: крок галопу правим та лівим боком, короточасні прискорення за сигналом, біг з підскоком, біг з підскоком і пробіжкою	4	-	4
	Короточасні прискорення за сигналом, різноманітні завдання по хлопку: біг із стрибками. Музично-ритмічні етюди на закріплення набутих вмінь.	12	-	12
	2. Елементи екзерсису класичного танцю (36 год.)			
	Вивчення вправ на відчуття силових та м'язових зусиль (розслаблення та напруження різних м'язових груп послідовно та одночасно);	4	-	4
	Вивчення I, II, III позиції ніг;	4	-	4
	Вивчення battement tendu (батман тандю) – вбік,	4	-	4

	вперед, назад;			
	Вивчення battement jete (батман жете) – в усіх напрямках;	4	-	4
	Вивчення battement fondu (батман фондю);	4	-	4
	Вивчення rond de jam be par terre (рон де жамб пар терр) – по точках; – releve (релєве) – в I позиції; – coup-de-pied (ку де п'є) – вперед, назад; – passe (пассе) – в III позиції; – balance (бальянсе).	6	-	6
	- Виконання класичних етюдів	10	-	10
3. Елементи екзерсису народно-сценічного танцю (44 год.)				
	Вивчення та виконання вправ: переступання на кожну 1/8; вірьовочка; вихилятник;	8	-	8
	Вивчення та виконання вправ: присідання («пружинки», «м'ячики», «жабка»); притуп в положенні паралельно розташованих стоп (одинарний, подвійний, зальотний). -	8	-	8
	Вивчення та виконання вправ на середині зали. – уклін : привітальний, прощальний; – позиції рук: підготовча, I, II, III), позиції ніг: I, II, III; – перша форма port de bras (пор де бра); – друга форма port de bras (пор де бра) – положення рук в танці (на поясі, за край спіднички, в парі);	12	-	12
	Вивчення та виконання вправ на середині зали. pas dégagé. (па дегаже) в різних музичних розмірах; – стрибки звичайні, з підгинанням ніг (у позиції паралельно розташованих ступнів); – легкі стрибки на одній нозі (друга – в положенні ку де п'є); – приставний бічний крок;	12	-	12
	- Фантазія на тему народного танцю.	4	-	4

3. Танцювальне краєзнавство (8,5 год.)

Теоретична частина. Основні жанри українських народних танців: хороводи, побутові, сценічні.	8	2,5	6
--	---	-----	---

4. Танцювальні етюди та танці (62 год.)

Постановка та вивчення композиції «Сільська полька»	12	-	12
Постановка та вивчення композиції «Гуцулка»	12		12
Постановка та вивчення композиції «Кадриль дев'ятка»	10	-	10
- Постановка та вивчення композиції «Вишивальниці»	6	-	6
- Постановка та вивчення композиції «Купальська ніч»	12	-	12
- Постановка та вивчення композиції «Вітерець»	10	-	10

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати і розуміти:

- поняття танцювального руху;
- вплив виражальних засобів музики на ритмічну структуру танцювального руху;
- основні танцювальні позиції ніг, рук;
- назви рухів українського танцю.
- назви вправ екзерсису.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- визначати темп і характер музики;
- орієнтуватися на площині зали;
- координувати свої рухи з музичним супроводом;
- співвідносити рух з музикою;
- виконувати танцювальні вправи, поклони.

Вихованці мають набутися досвід:

- виконання музично-ритмічних та танцювальних вправ під музику;
- володіння своїм тілом, координацією рухів під час виконання

Керівник хореографічного гуртка

С. Мічкур