

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр эстетического воспитания детей»
Елабужского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО «ЦЭВД» ЕМР РТ
Протокол № 1
от «26» августа 2024 г.

«Утверждаю»
И.о. директора МБУ ДО «ЦЭВД» ЕМР РТ
В.Н. Шебухова
Приказ № 46
«02» сентября 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Основы хореографии и современный эстрадный танец»
Возраст обучающихся: 7-14 лет
Срок реализации программы: 5 лет

Автор-составитель:
Тураева Елена Михайловна
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы хореографии и современный эстрадный танец»
3.	Направленность	Художественная
4.	Автор программы:	Тураева Елена Михайловна
5.	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	5 лет
5.2	Возраст обучающихся:	7-14 лет
5.3.	Характеристика программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа: -по типу – модифицированная; -по форме – интегрированная; -по сроку – краткосрочная;
5.4.	Цель программы	Развитие художественных и исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью хореографического искусства.
6.	Методы обучения	1. Словесный (рассказ, сообщение, объяснение, беседы) 2. Наглядный (демонстрация, просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов) 3. Практический (классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров, репетиция, импровизация, мастер-класс, концерт, конкурс) 4. Инструктивно-репродуктивный (педагогическое наблюдение, контроль, самоконтроль, взаимоконтроль, стимулирование и мотивация, опрос и анализ)
7.	Формы мониторинга	1. Педагогическое наблюдение 2. Тестирование, опрос

	результативности	3. Беседа, музыкальная игра 4. Конкурсы хореографического искусства 5. Итоговые, аттестационные занятия 5. Отчетные концерты
8.	Результативность реализации программы	<p>Участие в конкурсах: <i>2021-2022 учебный год</i></p> <p>Республиканские:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Республиканский фестиваль - конкурс юных исполнителей «Первые шаги» Лауреат II степени, 2021 • VIII Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат I степени, 2021 • XVI Открытый республиканский телевизионный молодежный фестиваль эстрадного искусства «Созвездие – Йолдызлык», диплом участника, 2021 • VI Республиканский фестиваль- конкурс «Весенний переполох» Лауреат II степени, 2021 • VI Республиканский фестиваль-конкурс «Прорыв» Лауреат II степени, 2021 • VI Республиканский фестиваль- конкурс «Прорыв» Лауреат I степени, 2021 <p>Международные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • II Международный фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Жемчужины Татарстана» Лауреат II степени, 2021 • IX Всероссийский конкурс «Solodance» Диплом I степени, 2021 • II Международный фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Изумрудный дождь», Лауреат III степени, 2021 • Международный фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Елки» Лауреат I степени, 2021 <p><i>2022-2023 учебный год</i></p> <p>Муниципальные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • III Муниципальный этнокультурный

		<p>хореографический фестиваль «Танцы народов мира», Лауреат II степени, 2022</p> <ul style="list-style-type: none"> • Муниципальный фестиваль национальной культуры тюркских народов «Мирас - Наследие», Лауреат I степени, 2022 <p>Республиканские:</p> <ul style="list-style-type: none"> • IX Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат I степени, 2022 • IX Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат I степени, 2022 • IX Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат III степени, 2022 • Республиканский фестиваль-конкурс юных исполнителей «Звездная осень», Лауреат I степени, 2022 • Республиканский фестиваль-конкурс юных исполнителей «Звездная осень», Лауреат II степени, 2022 • Республиканский фестиваль-конкурс юных исполнителей «Первые шаги», Лауреат II степени, 2022 • Республиканский фестиваль-конкурс юных исполнителей «Первые шаги», Лауреат III степени, 2023 • Республиканский фестиваль-конкурс юных исполнителей «Первые шаги», Гран-при, 2023 <p>Международные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • V Международный фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Жемчужины Татарстана» Лауреат II степени, 2022 • X Всероссийский конкурс «Solodance» Лауреат I степени, 2022 • Всероссийский фестиваль-конкурс хореографического искусства «В вихре танца» Лауреат II степени, 2022 • III Международный фестиваль -конкурс
--	--	--

		<p>детского и юношеского творчества «Изумрудный дождь» Лауреат II степени, 2022</p> <ul style="list-style-type: none"> • Международный многожанровый фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Елки» Лауреат II степени, 2022 • VI Международный фестиваль -конкурс детского и юношеского творчества «Жемчужины Татарстана» Лауреат II степени, 2023 • VI Международный фестиваль -конкурс детского и юношеского творчества «Жемчужины Татарстана» Лауреат I степени, 2023 <p><i>2023-2024 учебный год</i></p> <p>Муниципальные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • IV Муниципальный этнокультурный хореографический фестиваль «Танцы народов мира» Лауреат I степени, 2024 <p>Республиканские:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Открытый республиканский фестиваль конкурс «Колибри», Лауреат I степени, 2023 • XIV Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат I степени, 2024 • XIV Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель», Лауреат II степени, 2024 • VIII Республиканский фестиваль-конкурс «Прорыв» Лауреат I степени, 2024 • VIII Республиканский фестиваль- конкурс «Прорыв» Лауреат II степени, 2024 <p>Международные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Всероссийский фестиваль-конкурс «Палитра искусств», Лауреат I степени, 2023 • Всероссийский творческий конкурс «Мой любимый учитель», Диплом I степени 2023 • Международный фестиваль-конкурс «Звездный путь», Лауреат II степени, 2023 • Всероссийский фестиваль-конкурс хореографического искусства «В вихре танца», Лауреат II степени, 2024
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • Международный фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Изумрудный дождь», Лауреат II степени, Лауреат I степени 2024 • Международный многожанровый фестиваль-конкурс «Виват таланты», Лауреат II степени, 2024 • Международный фестиваль-конкурс «Лебединая верность», Лауреат I степени, 2024 • Международный многожанровый фестиваль-конкурс «Ритмы творчества», Лауреат I степени, 2024
9.	Дата утверждения последней корректировки программы	26.08.2024
10.	Рецензенты	<p>Председатель предметно-цикловой комиссии «Народное художественное творчество, хореографическое творчество» государственного автономного профессионального образовательного учреждения «Елабужский колледж культуры и искусств» – Харина Н. В.</p> <p>Заместитель директора по учебно-воспитательной работе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан – Шарафиева Т.П.</p>

Рецензия
на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую
программу
художественной направленности
«Основы хореографии, современный- эстрадный танец»
составленную Е.М. Тураевой, педагогом дополнительного
образования, высшей категории
Муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Центр эстетического воспитания учащихся»

г. Елабуга, Елабужского муниципального района Республики Татарстан

Рецензируемая дополнительная общеразвивающая программа «Основы хореографии, современный- эстрадный танец» представляет собой модифицированный вариант образовательной деятельности.

Данная программа рассчитана на 5 лет обучения для учащихся 6-14 лет, структура и объём образовательной программы соответствует требованиям, предъявляемым к учебным программам.

Основная цель программы - развитие художественных и исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью хореографического искусства. Рецензируемая образовательная программа содержит практическую базу по хореографическому искусству:

1. Методы обучения: словесный (лекции, беседы, объяснение); наглядный (просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов); практический (классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров; инструктивно-репродуктивный (наблюдение-контроль и самоконтроль-стимулирование и мотивация- анализ.

2. Формы мониторинга результативности: тестирование, контрольный опрос; наблюдение; беседа, музыкальная игра; итоговые, контрольные занятия; отчетные концерты.

Программа состоит из двух разделов, пояснительной записки, списка использованных источников и приложения. Автор программы в пояснительной записке убедительно обосновал четкую структуру, актуальность, новизну и отличительные особенности данной модифицированной программы. Е.М. Тураевой используются различные формы проведения занятий, для лучшего понимания хореографического искусства, обосновывая четкую структуру. Таким образом, дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Основы хореографии, современный- эстрадный танец» Е.М. Тураевой рекомендуется к работе педагогов дополнительного образования и использованию в других образовательных учреждениях дополнительного образования.

Рецензент



Н.В. Харина, преподаватель высшей
квалификационной категории

ГАПОУ «Елабужский колледж культуры и искусств»

Оглавление

№	Наименование раздела	Страница
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.	Информационная карта образовательной программы	2
2.	Оглавление	9
3.	Пояснительная записка	10
4.	Учебно-тематический план 1-го года обучения	16
5.	Содержание программы 1-го года обучения	17
6.	Учебно-тематический план 2-го года обучения	21
7.	Содержание программы 2-го года обучения	22
8.	Учебно-тематический план 3-го года обучения	28
9.	Содержание программы 3-го года обучения	29
10.	Учебно-тематический план 4-го года обучения	33
11.	Содержание программы 4-го года обучения	35
12.	Учебно-тематический план 5-го года обучения	38
13.	Содержание программы 5-го года обучения	39
14.	Планируемые результаты освоения программы: личностные, метапредметные, предметные	45
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
15.	Организационно-педагогические условия реализации программы	49
16.	Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	50
17.	Список литературы	52
18.	Приложения	54

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Основы хореографии и современный эстрадный танец» составлена на основе:

Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ;

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. №678-р;

Федерального проекта «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

«Методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (в том числе адаптированных), №2749/23 от 04.03.2023г., ГБУ ДО «РЦВР», 2023 год, Казань;

Устава Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан;

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореографический коллектив «Счастье Есть», К. С. Головцева, МОУ ДО «Дом творчества» г. Ярославль, 2019 г;

Дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства «Хореография», МБУ ДО «Детская школа искусств им. В. И. Сафонова» г. Пятигорск, 2020 г;

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография и ритмика», А. В. Божок, ГБОУ города Москвы «Школа №2103», 2022 г.

Для развития индивидуальных творческих способностей детей, приобретения ими знаний, умений, навыков в области выбранного вида искусства, опыта творческой деятельности, их профессиональной

ориентации хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие ребенка.

Хореография дает возможность ребенку выразить себя в танце, развивать умение добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Через изучение основ хореографии учащиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус. Занятия современной хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также для воспитания выносливости.

Актуальность программы

Одной из целей Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года является создание условий для самореализации и развития талантов, воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности. Приоритетом обновления содержания и технологий по художественной направленности является создание условий для вовлечения детей в художественную деятельность по разным видам искусства и жанрам художественного творчества при сохранении традиций классического искусства.

Несомненно, этой цели и служит дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программы «Основы хореографии, современный эстрадный танец».

Актуальность предполагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на практико-ориентированность дополнительных общеобразовательных программ, позволяющая проектировать индивидуальный образовательный маршрут ребенка с учетом направлений социально-экономического развития субъектов Российской Федерации.

Занятия хореографией позволяют скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Современный танец — это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементов.

Результативность программы доказывает, что обучающиеся реализуют свои творческие способности, выступая на сцене и создавая хореографические постановки вместе с педагогом.

Отличительные особенности программы

- Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них природных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

- В младших классах ребенку трудно координировать движения своего тела, включать в работу различные группы мышц, занятия в положении сидя и лежа облегчают ему эти задачи. Этому способствует система упражнений «классика в партере» на занятиях классического танца. Классический танец очень сложен, так как все движения противоестественны природе человеческого тела, упражнения «классика в партере» облегчают детям освоение его основ, которые от природы не имеют хороших физических данных, а также улучшить возможность грамотно проучивать классический танец. Упражнения помогают достичь следующие задачи:

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

На первом этапе система упражнений «классика в партере» позволяет:

- приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дают первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины и т.д.

- начать работу по исправлению некоторых недостатков в осанке, а именно асимметрии лопаток, увеличение прогиба в поясничном отделе позвоночника и др.

На втором этапе системы упражнений «классика в партере» заложено развитие двигательных функции:

- выработка выворотности ног;
- воспитание силы стопы(пальцы, подъемы)
- развитие гибкости тела, мягкости рук;
- развитие шага;
- устойчивость.

При выполнении упражнений на полу в исходных положениях сидя и лежа уменьшается вертикальная опора на позвоночник и ноги. В тоже время общая физическая нагрузка в этих упражнениях высока и позволяет мышцам работать в другом режиме, чем в упражнениях выполняемых стоя.

- Постановка сюжетно-игровых хореографических номеров. Сюжетные танцы – это танцы, которые всегда хорошо воспринимаются зрителям, но с точки зрения постановки – наиболее сложные. И трудность их заключается в первую очередь в том, что нужно выбрать тему – доступную для понимания детей и подобрать соответствующий

музыкальный материал. Сюжетный танец - очень яркая и выразительная форма детской художественной деятельности, которая вызывает живой интерес у детей (исполнителей и зрителей). Привлекательность сюжетного танца обусловлена его особенностями: образным перевоплощением исполнителей, разнохарактерностью персонажей и их общением между собой в соответствии с сюжетным развитием. Благодаря этим особенностям в танце создается своеобразная игровая ситуация, побуждающая детей к творчеству и, следовательно, способствующая его развитию.

- Одной из особенностей программы является проведение открытых занятий для всех годов обучения по общей теме внутри Программы, например, «Координация движений в танцевальных композициях»: на этом занятии можно наблюдать динамику развития данной темы с 1-го по 5-й года обучения.

Цель программы

Содействовать развитию художественных и исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью хореографического искусства.

Задачи

обучающая:

- обучение учащихся основам хореографии и приобретение ими базовых знаний, качеств, навыков исполнительства с учетом возрастных особенностей;

- поэтапное овладение основ современного и классического танца в образно-ассоциативной, эмоциональной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал;

- ознакомление учащихся с историей возникновения и развития хореографического искусства.

развивающая:

- развитие интереса к хореографическому искусству, а также художественно-творческих способностей средствами танца и всесторонне-гармоничное развитие личности;

- развитие основ хореографических движений, исполнительских умений и навыков, музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональности и координации;

- развитие воображения, наглядно-образного и ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребенка;

- снятие мышечных зажимов и психологического процесса торможения средствами танца, выработка баланса в системе возбуждение-торможение;
- развитие настойчивости и целеустремленности

воспитательная:

- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения (ребенок-педагог, ребенок – коллектив, ребенок-ребенок);
- формирование патриотических чувств, духовное ориентирование детей, облагораживание манеры поведения, формирование гармоничной личности;
- воспитание самостоятельности, личной ответственности и культуры поведения в различных социальных ситуациях.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей 7-14 лет. В возрасте 7-10 лет дети располагают значительными резервами развития, их выявление и эффективное использование – одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В возрасте 11-14 лет активно идёт процесс познавательного развития. Подростки уже могут мыслить логически, использовать самоконтроль и взаимоконтроль. Особенно заметным в эти годы становится рост сознания и самосознания детей, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях, об окружающем мире. Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы. Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу самостоятельно. На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений и определённой сложностью танцевального номера.

Данная Программа рассчитана на 5 лет обучения для детей 7-14 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Набор в хореографическое объединение свободный, независимо от национальной и половой принадлежности, социального статуса родителей (законных представителей), необходима справка о состоянии здоровья. При наличии свободных мест возможен прием детей в течение всего учебного года.

Количество обучающихся – 15 человек в группе.

Объём программы - 720 академических часов.

Формы организации образовательного процесса

Основной формой обучения является очное учебное занятие, в особых обстоятельствах допускается реализация образовательной программы или ее части с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Занятия состоят из теоретической и практической частей, при этом, большее количество времени учебного занятия занимает практическая часть.

Программа состоит из следующих типов занятий:

- Вводное;
- Ознакомительное;
- Изучение и усвоение нового материала;
- Закрепление и совершенствование знаний, умений и навыков;
- Обобщение знаний, умений и навыков;
- Проверочное занятие;
- Комбинированное занятие;
- Итоговое занятие.

Формы и методы проведения занятий:

Формы организации учебного процесса:

1. фронтальная;
2. коллективная;
3. групповая;
4. индивидуальная;
5. дистанционная.

Ведущей формой организации занятий является – фронтально-групповая.

Форма проведения занятий:

1. Словесный (рассказ, сообщение, объяснение, беседы)
2. Наглядный (демонстрация, просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов)
3. Практический (классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров, репетиция, импровизация, мастер-класс, концерт, конкурс)
4. Инструктивно-репродуктивный (педагогическое наблюдение, контроль, самоконтроль, взаимоконтроль, стимулирование и мотивация, опрос и анализ)

Формы мониторинга результативности(педагогическое наблюдение, тестирование, опрос, беседа, музыкальная игра, конкурсы

хореографического искусства, аттестационные занятия, отчетные концерты)

Формы занятий при организации дистанционного обучения:

– Чат-занятие - учебные занятия, осуществляемые с использованием чат-технологий. Чат-занятия проводятся синхронно (в режиме реального времени), все участники имеют одновременный доступ к чату;

– Индивидуальное занятие – консультация;

– Электронная почта.

Срок освоения программы рассчитан на 5 лет обучения.

Режим занятий

Периодичность и продолжительность занятий определяются требованиями СП 2.4. 3648–20. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом на отдых 10 минут.

Учебно-тематический план программы 1-го года обучения.

№	Название темы	Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы контроля /аттестации
1	Вводное занятие	2	2	-	Занятие-беседа	Опрос
2	Партерная гимнастика. <i>(Название и особенности движений на полу. Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Закачивание пресса. Растяжение связок спины посредством упражнений)</i>	24	8	16	Занятие- практика Занятие-беседа	педагогическое наблюдение, беседа
3	Перестроения и повороты Знакомство с построением в колонну, шеренгу, круг. <i>(Правила и логика построения из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево.</i>	16	4	12	Занятие-беседа, занятие-практика занятие-игра	педагогическое наблюдение Опрос. Приложение №1

	<i>Организация внимания, воображения и памяти)</i>					
4	Шахматный порядок, линия танца	8	2	6	Занятие-беседа занятие-практика	Опрос
5	Определение музыкального темпа, определение музыкального размера (медленные темпы, средние темпы, быстрые темпы, изменение темпа, музыкальный размера 2/2, 3/4, 4/4)	10	4	6	Занятие-беседа, индивидуальная работа, занятие-практика, занятие-игра	педагогическое наблюдение, музыкальная игра определение темпа
6	Движения классического танца в партерном экзерсисе <i>(Выполнение упражнений классического танца в партере)</i>	36	10	26	Занятие-беседа, занятие-практика	педагогическое наблюдение Тестирование
7	Постановка детских этюдов <i>(Создание и показ этюдов)</i>	30	8	22	Занятие-беседа, занятие-практика репетиции	Выступления, конкурсы
8	Развивающие игры, игры на внимание и координацию <i>(игры равновесие и концентрацию внимания, моторику движений, целеустремленность)</i>	16	2	14	Занятие-практика, занятие-игра	педагогическое наблюдение, игра
9	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие	Выступление, беседа, опрос
	Итого	144	40	104		

Содержание программы 1-го года обучения

1. Введение

Теория: Знакомство с обучающимися. Организация детей в группы, знакомство с расписанием, беседа о правилах безопасности на занятиях хореографического искусства. Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь). Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на

первый год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка.

Форма контроля:

Опрос:

- Как должен вести себя обучающийся на занятиях?
- Что нельзя делать на занятиях?
- Что можно и нужно делать на занятиях?

2. Партерная гимнастика

Теория: Знакомство с названиями отдельных технических движений: подъем ноги, стопа, пальцы, пах, поясница, «птичка», пресс. Название и особенности движений на полу. Объяснение необходимости терпения. Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц.

Практика: Приобретение умения фиксировать выворотность и вытянутость колена и стопы ноги: упражнение сокращение и вытягивание. Вращательные движения стопой. Растяжка подъемов. Чувствование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Приобретение эластичности седалищных мышц и голеностопа с помощью складки к ногам. Выворачивание паховых связок («лягушка» на спине; сидя; на животе). Изучение правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых. Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Закачивание пресса с помощью поднятия ног «березка». Растяжение связок спины посредством упражнений: «лодочка», «колечко», «мостик». У мальчиков присутствие силовых упражнений на полу - отжимание на руках

Форма контроля: Выполнение заданных упражнений и их показ

3. Перестроения и повороты

Теория: Построение и перестроения организует и дисциплинирует коллектив, развивает ориентировку в пространстве.

Эти действия выполняются на протяжении всего занятия. Так, перед началом и концом занятия, выстроенные по росту дети строятся в шеренгу или на середине зала в шахматном порядке; для выполнения гимнастических упражнений — чаще всего в колонны; в ритмических упражнениях используется построение по кругу, по диагонали, враспынную, образование нескольких кружков и др.

Перестроения в марше зависят от фантазии педагога, величины помещения и количества детей, однако их следует связывать с музыкальной фразой (новая фраза — новое построение). Это облегчит потом разучивание фигур в танце. Нужно следить, чтобы дети держали

между собой равные интервалы и чётко выполняли построение, равнялись друг на друга

Построение на месте.

В зависимости от музыкально-двигательного образа детям приходится двигаться в строю. Для этого они должны учиться организованно – быстро, точно, без суеты и толкотни – строиться, перестраиваться, а также двигаться, не мешая друг другу и соблюдая определённый строй.

Строиться надо уметь как в привычном или заранее указанном порядке (по росту или по подгруппам), так и свободно (не по росту), выполняя задание, данное всему коллективу.

Строиться в круг удобно и легко из шеренги, держась за руки: ведущий и последний ребёнок бегут навстречу друг другу, увлекая за собой остальных детей, и замыкают круг.

Делаем сужение и расширение круга, сохраняя равенство.

Дети должны привыкать стоять в кругу на равных расстояниях; вначале это расстояние дети выравнивают, взявшись за руки, затем на глаз. Также надо обращать внимание на правильную форму круга («как солнышко»). Следует объяснить детям разницу между кругом и овалом («как яичко»).

При движении по кругу дети часто его сужают; необходимо объяснить детям, что надо точно идти друг за другом (как будто идёшь по снегу), след в след, чтобы получилась одна узкая тропинка, а не несколько. Правильно сужать (так, чтобы в середине получился красивый ровный кружок) и расширять круг вначале дети учатся, держась за руки, позднее – без рук.

Повороты на месте – налево; направо; на 90 и 180 градусов.

Практика: Выполнение перестроений из одних рисунков в другие, выполнение поворотов вправо и влево. Перестроение: в колонну, шеренгу, круг, свободное перемещение в зале с последующим возвращением в колонну и т. д

Форма контроля: Опрос

- Как нужно двигаться при перестроениях из одного рисунка в другой?
- Как нужно двигаться по кругу?
- Какие перестроения бывают?
- Какие повороты бывают?

3. Шахматный порядок, линия танца

Теория: Шахматный порядок в хореографии – расположение учащихся рядами в две или более линии. Линия танца – траектория, по которой движутся танцоры в танце. По линии танца – по часовой стрелке, против линии танца – против часовой стрелки.

Практика: Выполнение движений, танцевальных комбинаций, стоя в шахматном порядке, по линии танца и против.

Форма контроля:

Опрос:

- Что такое линия танца?
- В каком направлении можно двигаться по линии танца?
- Как строится шахматный порядок?

4. Определение музыкального темпа, определение музыкального размера

Теория: Изучение музыкального темпа: медленные темпы, средние темпы, быстрые темпы, изменение темпа.

Изучение Музыкальных размеров: 2/2, 3/4, 4/4.

Практика: Музыкальные игры на развитие слухового внимания и выделение не ожидаемого акцента.

Игры-упражнения:

-Хлопни в ладоши (дети сидят или стоят полукругом перед педагогом и слушают игру на пианино. На акцент дети хлопают в ладоши)

-То вперед, то назад (дети под знакомую музыку идут по кругу. На неожиданный акцент дети поворачиваются и начинают движение по кругу в обратную сторону. Таким образом направление движения меняется несколько раз.)

- Птицы летят (дети стоят в колонне друг за другом и изображают, как птицы машут крыльями. На счет «раз» в четырехдольном такте (4/4), дети быстро поднимают руки через стороны вверх, а на счет «два-три-четыре» медленно опускают их вниз)

Форма контроля: выполнение игр-упражнений

5. Движения классического танца в партерном экзерсисе

Теория: Движения классического танца в партерном экзерсисе:

Plié- леж на полу

Battementtendu (батман тандю) – приведение и отведение натянутой ноги, не отделяя носок от пола в сторону

Battementtendujete (батман тандю жете) – бросок ноги на воздух, на 30 градусов. Развивает силу, подтянутость тазобедренного сустава, легкость ноги, является основой прыжков на середине.

Ronddejambparter

Relevelent (релеве лян) – медленный подъем ноги на 90 градусов. Движение развивает шаг, силу ног

Grandbattementtjete (гранд батман жете) – большой бросок ноги.

Практика: Выполнение упражнений классического танца в партере

Plié

Battement tendu

Rond de jamb parter

Relevelent

Grand battement jete

Форма контроля:

-Выполнение упражнений классического танца в партере

-Тест№1

7. Постановка детских этюдов

Теория: «Что такое этюд?» - беседа с учащимися.

Практика: Создание и показ этюдов

Форма контроля:

-групповая и индивидуальная работа учащихся по созданию и показу этюдов на определенную тему, в заданных обстоятельствах.

-выступления на мероприятиях, конкурсах

8. Развивающие игры, игры на внимание и координацию

Теория: Игра помогает развить координацию движений, равновесие и концентрацию внимания, моторику движений, целеустремленность.

Развивающие игры направлены на улучшение мышления, логики, фантазии, выносливости и реакции.

Практика: Игры на развитие координации движений, равновесие и концентрацию внимания, моторику движений, целеустремленность.

Форма контроля: наблюдение.

9. Итоговое занятие

Теория: Правила поведения и безопасности во время выступлений

Практика: Открытое занятие с показом изученного за первый год обучения материала. Беседа с учащимися: анализ и самоанализ выступления.

Форма контроля: беседа:

- Чему научились за учебный год?

- Что нового интересного и полезного узнали?

- Какие новые навыки приобрели?

Учебно-тематический план программы 2 года обучения.

№	Название темы	Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы контроля / аттестации
1	Вводное занятие	2	2	-	Занятие-беседа	Опрос
2	Понятие опорной и рабочей	4	2	2	Занятие-	Педагогическо

	ноги				практика Занятие-беседа	е наблюдение Опрос
3	Постановка корпуса	8	2	6	Занятие-беседа, занятие- практика	Наблюдение
4	Позиции рук в классическом танце	8	2	6	Занятие-беседа занятие- практика	Опрос Карточки с заданиями «Узнай и покажи» (Приложение №2)
5	Позиции ног в классическом танце	8	2	6	Занятие-беседа, индивидуальна я работа занятие- практика,	педагогическое наблюдение, Карточки с заданиями (Приложение №3)
6	Passe	4	2	2	Занятие- практика	Наблюдение за выполнением упражнения
7	Экзерсис (упражнения) классического танца у опоры	30	10	20	Занятие- практика	педагогическое наблюдение
8	Упражнения классического танца на середине зала: Portdebras	8	2	6	Занятие- практика	педагогическое наблюдение
9	Упражнения художественной гимнастики	20	6	14	Занятие- практика	Наблюдение за выполнением упражнения
10	Упражнения на развитие координации	16	4	12	Занятие- практика	Наблюдение за выполнением упражнения
11	Постановка танцевальных номеров	34	8	26	Занятие- практика	Выступления, конкурсы
12	Итоговые занятия	2	-	2	Открытое занятие	Беседа
	Итого	144	42	102		

Содержание программы 2 года обучения

1. Введение

Теория: Организация детей в группы, знакомство с расписанием, беседа о правилах безопасности на занятиях хореографического искусства.

Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь). Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на второй год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка.

Форма контроля: Опрос:

- Как должен вести себя обучающийся на занятиях?
- Что нельзя делать на занятиях?
- Что можно и нужно делать на занятиях?

2. Понятие опорной и рабочей ноги

Теория: Понятие опорной и рабочей ноги.

Опорная нога - нога, на которую перенесён центр тяжести корпуса танцовщика, независимо от ее движения. Рабочая нога - нога, освобождённая от тяжести тела и выполняющая движение на полу или в воздухе, в то время, когда тяжесть корпуса исполнителя приходится на опорную ногу

Практика: Упражнение *battement tendu*

Отведение рабочей ноги вперёд, назад или в сторону.

Форма контроля: Наблюдение

3. Постановка корпуса

Теория: Правильно поставленный корпус — залог устойчивости (*aplomb*).

Правильная постановка корпуса обеспечивает не только устойчивость, она облегчает развитие выворотности ног, гибкости и выразительности корпуса

Практика: Постановка корпуса вырабатывается стоя лицом к станку по 1,2,5 позициям ног, затем держась, за станок одной рукой и в упражнениях на середине.

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

4. Позиции рук в классическом танце

Теория: В постановке рук большое значение имеет правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Существует три основных позиции рук, подготовительное положение и исходное положение.

Позиции рук исходят из четырёх направлений: подготовительное положение – руки опущены вниз; 1-я позиция – руки направлены вперёд; 2-я позиция – руки направлены в стороны; 3-я позиция – руки направлены вверх. Однако нужно выделить ещё исходное положение рук, когда они опущены вниз по линии бёдер и находятся на небольшом расстоянии от корпуса (не прижаты к корпусу).

Практика: Подготовительные позиции рук

Руки вниз, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вверх. Большой палец внутри ладони

-1 позиция

Руки вперед, округленные в локтевом и лучезапястном суставах

-2 позиция

Руки вперед в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонями внутрь

-3 позиция

Руки вперед кверху, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, ладонями внутрь

Форма контроля: Опрос, карточки с заданиями

5. Позиции ног в классическом танце

Теория: Позиции ног являются ничем иным, как точной пропорцией, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение, когда тело находится в состоянии покоя или в движении. Во всех случаях должно сохраняться равновесие.

В классическом танце пять позиций ног. Их пять, потому что при всём желании не найдётся шестого положения для выворотных ног, из которого было бы удобно двигаться. Позиции ног изучаются в следующем порядке: первая, вторая, третья, пятая и четвёртая.

Практика:

Первая позиция. Ступни ног, соприкасаясь пятками, развёрнуты носками наружу, образуя прямую линию на полу.

Вторая позиция. Сохраняется прямая линия первой позиции, но пятки выворотных ног отстоят одна от другой примерно на одну длину стопы.

Третья позиция. В том же выворотном положении ног ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга наполовину.

Пятая позиция. Ступни закрывают друг друга: пятка одной ноги соприкасается с носком другой ноги.

Четвёртая позиция. Стопы параллельны друг другу на расстоянии стопы.

Форма контроля: Наблюдение. Карточки с заданиями

6. Passe

Теория: Passe в переводе «проводить, проходить»

Положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в сторону, сзади.

Практика: Выполнение упражнения

Форма контроля: педагогическое наблюдение

7. Экзерсис (упражнения) классического танца у опоры

Теория:

Demiplie (по 1, 2, 5 поз. ног). Неполное приседание

Grandplie. Глубокое «приседание»

Battementtend (1, 5 поз. ног), крест. Положение ноги на носок вперед, в сторону, назад

Battementtendu jeté. Бросок ноги на 45 градусов.

Releve. Поднимание в стойку на носках с опусканием в исходное положение, в любой позиции ног.

Положение ноги на sou-de-pied. Положение ноги на щиколотке

Passeparterre. Проведение ноги через первую позицию

Ronddejambrarter. Круговое движение носком по полу

Grandbattementjete. Бросокногина 90 *

Практика:

Demiplie (по 1, 2, 5 поз. ног)

Полуприсед выполняется по всем позициям. В этом упражнении пятки от пола не отрываются, тяжесть тела распределяется равномерно на обе ноги. Сгибание и разгибание ног выполняется плавно, без остановки, «выворотно», колени направлены в стороны, по линии плеч. Осанка прямая.

Grandplie глубокое «приседание» отрывая от пола пятки по I, III, V позициям, тогда когда их невозможно удерживать на полу.

Battementtend (1, 5 поз. ног), крест

Положение ноги на носок вперед, в сторону, назад

Отведение и приведение ноги из позиции скольжением стопы по полу до положения ноги на носок. Выполняется из первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед, в сторону, назад.

Battementtendu jeté

Батман тандю жете выполняется так же, как и батман тандю, но при достижении положения на носок нога не задерживается, а взмахом продолжает движение, где фиксируется на высоте середины голени опорной ноги (45°). Обе ноги должны быть «выворотны», мышцы ног подтянуты, а во время взмаха подъем и пальцы работающей ноги должны быть предельно натянуты. В ИП возвращается скольльзящим движением через положение на носок

Releve

Поднимание в стойку на носках с опусканием в исходное положение, в любой позиции ног.

Положение ноги на sou-de-pied

Положение ноги на щиколотке

Основное или учебное *sou-de-pied* спереди: стопа рабочей ноги при сильно вытянутом подъеме обхватывает щиколотку опорной ноги так, что пятка находится спереди, а сильно вытянутые пальцы отведены назад.

Условное *sou-de-pied* (спереди): работающая нога касается опорной ноги вытянутыми пальцами спереди щиколотки, над косточкой. Пятка работающей ноги не прикасается к опорной, а отведена сильно вперед.

Cou-de-pied сзади имеет только одно положение: пятка работающей ноги прикасается к щиколотке опорной ноги сзади. Пальцы и подъем сильно вытянуты, и пальцы отведены от опорной ноги как можно дальше

Passeparterre

проведение ноги через первую позицию

Ronddejambrarter

Круговое движение носком по полу. Движение выполняется вперед – ан деор и назад – ан де дан.

Grandbattementjete

Бросокногина 90 *

Форма контроля: педагогическое наблюдение

8. Упражнения классического танца на середине зала:

Portdebras

Теория: Правильное прохождение рук через основные позиции с поворотами, наклонами головы и движениями корпуса

1. Port de bras в V позициюcroise
2. Portdebras с комбинированным использованием трех позиций.
3. Portdebras с наклоном корпуса в сторону.

Практика:

1.Portdebras

Позиция ног - 5-ая, правая впереди, croisé (круазе). Руки поднимаются из подготовительного положения в 1-ю позицию, затем в 3-ю, из которой раскрываются во 2-ю позицию и опускаются в подготовительное положение. Корпус удерживается прямо. Голова при поднимании рук в 1-ю позицию поворачивается лицом к кистям и слегка наклоняется влево, взгляд направлен на кисти. При переводе рук из 1-ой в 3-ю голова выравнивается и слегка приподнимается кверху. Взгляд устремлен в том же направлении. Во время раскрытия рук во 2-ю позицию голова поворачивается направо. Когда руки опускаются в подготовительное положение, голова остается повернутой направо

2. Port de bras

Позиция ног - 5-я, правая нога впереди, croisé. Сначала делается gréparation (подготовка): руки из подготовительного положения поднимаются в 1-ю позицию, затем правая отводится во вторую позицию, левая одновременно поднимается в 3-ю. Корпус удерживается прямо. Голова во время поднимания рук в 1-ю позицию поворачивается лицом к кистям и слегка склоняется налево. Взгляд направлен на кисти. Во время перевода правой руки во 2-ю позицию и левой в 3-ю голова поворачивается в исходное положение, направо. После этой подготовки выполняется portdebras: левая рука из 3-й позиции открывается во 2-ю, правая одновременно переводится из 2-ой позиции в 3-ю. Далее левая рука из 2-ой позиции опускается в подготовительное положение. Затем правая

рука и левая одновременно переводятся в 1-ю позицию и вновь возвращается в исходные позиции: правая рука отводится во 2-ю позицию, левая в 3-ю.

3. Port de bras

Позиция ног 5-я, правая впереди, croisé. Сначала выполняется *préparation*: руки из подготовительного положения поднимаются через 1-ю позицию во 2-ю. Корпус удерживается прямо. Голова во время поднимания рук в 1-ю позицию поворачивается лицом к кистям и слегка наклоняется налево, взгляд направлен на кисти. Когда руки открываются из 1-ой позиции во 2-ю, голова поворачивается к правому плечу. После этой подготовки исполняется *port de bras*: руки опускаются в подготовительное положение, корпус одновременно наклоняется вперед. Далее, когда руки поднимаются через 1-ю позицию в 3-ю, корпус одновременно выпрямляется. Затем 3-я позиция рук фиксируется, а корпус в этот момент перегибается назад. После этого он выпрямляется, одновременно руки раскрываются во 2-ю позицию. Голова при наклоне корпуса вперед наклоняется вместе с ним, взгляд сопровождает движение кисти правой руки. При выпрямлении корпуса голова поворачивается к правому плечу. Во время перегибания корпуса назад и выпрямления голова сохраняет то же положение. Заканчивается это *portdebras* опусканием рук из 2-ой позиции в подготовительное положение. Корпус удерживается прямо. Голова повернута направо.

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

9. Упражнения художественной гимнастики

Теория: Объяснение элементов и упражнений художественной гимнастики и демонстрация (показ) педагогом

Практика: Выполнение следующих упражнений: мостики, шпагаты, колесо, упражнения с предметом, прыжки на скакалке и простейшие упражнения в упорах, акробатические упражнения (перекаты, кувырки), элементарные упражнения художественной гимнастики (движения ногами и туловищем у опоры, танцевальные движения), гимнастические упражнения (повороты, наклоны, вращения, бег, прыжки, движения стоя, сидя, лёжа, танцевальные элементы).

Форма контроля: Наблюдение. Выполнение упражнения

10. Упражнения на развитие координации

Теория: Координация - умение согласовывать движения различных частей тела.

Практика: Движения туловища, головы, рук и ног производятся в трех плоскостях по отношению к телу: лицевой, боковой, горизонтальной.

-Движения рук, так как они наиболее употребляемы, находятся в максимальном поле зрения ребенка (разные варианты упражнений с вытягиванием рук вперед, помахиванием перед собой и пр.).

- Движения рук, находящихся частично в поле зрения (поднимание вверх, в стороны, назад - со сгибанием, вращением в суставах - в каком-либо одном направлении).

- Движения туловища в лицевой, боковой и затем горизонтальной плоскости.

- Движения ног вперед, в стороны, назад.

- Движения любой части тела с постепенно повышающимися требованиями к точности направления, амплитуды и скорости ориентировки (например, развести руки в стороны, немного выше уровня плеч, выставить прямую ногу вперед с поворотом носка в сторону; то же - в другую сторону; затем выполнить в ускоренном темпе).

Шаги

Приседание с выставлением ноги на пятку

Форма контроля: педагогическое наблюдение, выполнение упражнений

11. Постановка танцевальных номеров

Практика: Постановочная работа с группами учащихся, репетиционная работа,

Форма контроля: Открытые занятия, отчетные концерты, участие в различных конкурсах и мероприятиях

12. Итоговые занятия

Теория: Правила поведения и безопасности во время выступлений

Практика: Открытое занятие с показом изученного за второй год обучения материала. Беседа с учащимися: анализ и самоанализ выступления.

Форма контроля: беседа:

- Чему научились за учебный год?

- Что нового интересного и полезного узнали?

- Какие новые навыки приобрели?

Учебно-тематический план программы 3-го года обучения.

№	Название темы	Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы контроля / аттестации
1	Вводное занятие	2	2	-	Занятие-беседа	Опрос
2	Комбинированные упражнения классического танца у	20	8	12	Занятие- практика	педагогическое наблюдение

	палки					
3	Экзерсис (упражнения) классического танца на середине	20	8	12	Занятие-практика	педагогическое наблюдение
4	Упражнения на растяжку у палки	16	4	12	Занятие-практика	педагогическое наблюдение
5	Современные танцы. Краткий исторический очерк развития современных направлений танца	4	4	-	Занятие-беседа	Опрос
6	Постановка корпуса в modern-jazz, Позиции ног в modern-jazz	8	2	6	Занятие-практика Мастер-класс	Наблюдение за выполнением упражнения
7	Позиции рук в modern-jazz	8	2	6	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
8	Учебные танцевальные комбинации	16	4	12	Занятие-практика Мастер-класс	педагогическое наблюдение
9	Изгибы торса в танце modern-jazz	8	2	6	Занятие-практика	Наблюдение Выполнение упражнения
10	Упражнения на развитие координации	8	2	6	Занятие-практика	Наблюдение Выполнение упражнения
11	Постановка танцевальных номеров	32	8	24	Занятие-практика	Выступления, конкурсы
12	Итоговые занятия	2	-	2	Открытое занятие	Беседа
	Итого	144	46	98		

Содержание программы 3-го года обучения

1. Введение

Организация детей в группы, знакомство с расписанием, беседа о правилах безопасности на занятиях хореографического искусства. Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на третий год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка.

Форма контроля: Опрос:

- Как должен вести себя обучающийся на занятиях?
- Что нельзя делать на занятиях?
- Что можно и нужно делать на занятиях?

2. Комбинированные упражнения классического танца у палки

Теория: Комбинированные упражнения классического танца у палки - это учебные комбинации. Учебной комбинацией мы называем основную форму организации учебного материала, способного к развитию. Она представляет собой логическое сочетание упражнений экзерсиса и движений классического танца по разным направлениям и в различных ракурсах, организуемое в пространстве музыкальной фразы и согласованное с ней метроритмом. Учебная комбинация направлена на воспитание танцевальной координации, музыкальности, хореографической памяти, выносливости, устойчивости, пластической связи движений

Практика: Комбинированные упражнения классического танца у палки по разным направлениям и в различных ракурсах,

Форма контроля: педагогическое наблюдение

3. Экзерсис (упражнения) классического танца на середине

Теория:

Demiplie (по 1, 2, 5 поз. ног). Неполное приседание

Grandplie. Глубокое «приседание»

Battement tend (1, 5 поз. ног), крест. Положение ноги на носок вперед, в сторону, назад

Battement tendu jete. Бросок ноги на 45 градусов.

Grand battement jete. Бросок ноги на 90° *

Ronde jambe par terre. Круговое движение носком по полу

Port de bras. Перегибы туловища

Прыжки классического танца:

- *Temps leve saute* — прыжок с места

- *Changement de pieds* - прыжок в пятой позиции с переменой ног в воздухе.

Практика:

Demiplie (по 1, 2 и 5 поз. ног)

Приседание выполняется по 1, 2, 5 позициям, развивает эластичность и выворотность ног

Grandplie (1, 2, 5 поз. ног)

Глубокое «приседание» отрывая от пола пятки по I, III, V позициям, тогда, когда их невозможно удерживать на полу.

Battement tend (1, 5 поз. ног) крест

Упражнение вырабатывает натянутость всей ноги в колене, и подъеме, развивает силу ног.

Battement tendu jete (1, 5 поз. ног)

Движение развивает подвижность тазобедренного и голеностопного суставов, вырабатывает силу, легкость движения ноги.

Grand battement jete

Нога делает бросок на 90° и выше. Движение развивает силу ног, большой свободный шаг.

Ronde jambe par terre

Движение вырабатывает подвижность тазобедренного сустава, укрепляет его

Portdebras

Перегибы туловища, наклон вперед, назад, в сторону

Прыжки классического танца:

-*Tempslevesaute* — прыжок с места

Tempslevesaute изучают в первой, второй и пятой позициях.

В *demiplié* перед прыжком пятки должны быть особенно плотно прижаты к полу при полной выворотности ног. Это исключает совершенно недопустимое двойное *plié* и сообщает ногам силу в прыжке. Ноги в воздухе должны быть предельно натянуты, фиксируя позиции. Корпус в момент отрыва от пола подтянут и спокоен. Руки свободно и спокойно сохраняют правильное подготовительное положение.

-*Changementdepieds*- прыжок в пятой позиции с переменой ног в воздухе.

Исходное положение — пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

На *раз* — *demiplié*. На *и* йоги сильно отталкиваются от пола и тотчас же вытягивают в прыжке колени, подъем и пальцы. Голова поворачивается *en face*. Натянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, меняются раскрываясь настолько, чтобы одна не задевала другую. На *два и changementdepieds* заканчивается в *demiplié* пятой позиции, левая нога впереди, голова поворачивается налево. На *три и* ноги вытягиваются, возвращаясь в исходное положение. На *четыре* исходное положение сохраняется, и *changementdepieds* повторяется с левой ноги.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

4. Упражнения на растяжку у палки

Теория: Упражнения на растяжку у палки

Практика: Выполнение упражнений:

-Шпагат на станке

-Сгибание опорной ноги, на станке, опоре

-Наклон в сторону с упором на одной ноге

-Упражнения: наклон туловищем вбок к ноге до касания рукой ступни и возврат в исходное положение. Правый, левый, поперечный

-Наклон вниз с упором на одной ноге.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, беседа

5. Современные танцы.

Краткий исторический очерк развития современных направлений танца

Теория: Современные танцы. Краткий исторический очерк развития современных направлений танца. Зарождение танца джаз-модерн.

Форма контроля: Опрос

6. Постановка корпуса в modern-jazz, Позиции ног в modern-jazz

Теория:

- Выворотные позиции ног классического танца
- Параллельные позиции ног
- Широкие позиции ног

Практика: Проучивание позиций ног в modern-jazz в различных комбинациях

Форма контроля: Наблюдение
Выполнение упражнения

5. Позиции рук в modern-jazz

Теория:

- Классические позиции и положения рук
- Прямые позиции
- V-позиции (ви-позиции)
- Закрытые позиции (close-poz [клоуз-поз])
- Пресс-позиции (press-poz [пресс-поз])

Кисти рук:

-Jazz-hend [джаз-хэнд] — дословно с английского означает джазовая рука. Пальцы напряжены и максимально разведены друг от друга.

-Flex [флэкс] — сокращенная кисть, т.е. ладонь перпендикулярно к предплечью.

-Stretch [Стрэйч] — вытянутая кисть, т.е. ладонь раскрыта и является продолжением предплечья

-Fist [Фёст] — сжатый кулак.

Практика: Проучивание позиции рук в modern-jazz в различных комбинациях

Форма контроля: Наблюдение

6. Учебные танцевальные комбинации

Теория: Учебные танцевальные комбинации (на основе пройденного материала)

Практика: Проучивание танцевальных комбинации

Форма контроля: Педагогическое наблюдение

9.Изгибы торса в танце modern-jazz

Теория: Изгибы торса

- Curve
- Arch
- Roll down и roll up.

Практика:

Curve- изгиб верхней части позвоночника («до солнечного сплетения») вперед или в сторону.

Arch — арка. Во время этого движения происходит прогиб позвоночника в пояснице, при этом голова запрокидывается назад. Примером арки может служить «мост», исполненный на полу

Rolldown и rollup. Rolldown представляет собой постепенное, начиная от головы, закручивание торса вниз, причем все позвонки, один за другим, должны быть включены в это движение. Rollup — обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение. Основное внимание при выполнении этих движений обратить на последовательное распространение напряжения от головы вниз по всем позвонкам, одновременно наклоняя торс вниз.

Форма контроля: Наблюдение. Выполнение упражнения

10. Упражнения на развитие координации

Теория: Упражнения на координацию через движения головой в сочетании с другими центрами по технике джаз-модерн

Практика: Выполнение упражнений

Форма контроля: Наблюдение

Выполнение упражнения

11. Постановка танцевальных номеров

Практика: Постановочная работа с группами учащихся, репетиционная работа,

Форма контроля: Открытые занятия, отчетные концерты, участие в различных конкурсах и мероприятиях

12. Итоговые занятия

Теория: Правила поведения и безопасности во время выступлений

Практика: Открытое занятие с показом изученного за третий год обучения материала. Беседа с учащимися: анализ и самоанализ выступления.

Форма контроля: беседа:

- Чему научились за учебный год?
- Что нового интересного и полезного узнали?
- Какие новые навыки приобрели?

Учебно-тематический план программы 4-го года обучения.

№	Название темы	Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы контроля / аттестации
1	Вводное занятие	2	2	-	Занятие-беседа	Опрос
2	Экзерсис (упражнения) классического танца у станка.	16	4	12	Занятие-практика	педагогическое наблюдение
3	Экзерсис (упражнения) классического танца на середине зала	16	4	12	Занятие-практика	педагогическое наблюдение
4	Современные танцы. Краткий исторически очерк развития современных направлений танца	4	4	-	Занятие-беседа	Опрос
5	Упражнения для развития подвижности позвоночника: flat back, side stretch(всторону), deep body bend(глубокийнаклон), body roll (волнателом), contraction, release	20	8	12	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
6	Demi и grandplie по технике джаз – модерн	16	4	12	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
7	Bat. tandy и bat. tendujete по технике джаз – модерн	16	4	12	Занятие-практика	Наблюдение
8	Tilt- угол наклона	6	2	4	Занятие-практика	Наблюдение
9	Battement tend jeteвсочетании с kick ball change Battement tend jeteвсочетании с step ball change	10	4	6	Занятие-практика	Наблюдение Выполнение упражнения
10	Постановка танцевальных номеров	36	8	28	Занятие-практика	Выступления, конкурсы, открытые занятия, отчетный концерт
11	Итоговые занятия	2	-	2	Открытое	Беседа, опрос

					занятие	
	Итого	144	44	100		

Содержание программы 4-го года обучения

1. Введение

Теория: Организация детей в группы, знакомство с расписанием, беседа о правилах безопасности на занятиях хореографического искусства. Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на четвертый год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка.

Форма контроля: Опрос:

- Как должен вести себя обучающийся на занятиях?
- Что нельзя делать на занятиях?
- Что можно и нужно делать на занятиях?

2. Экзерсис (упражнения) классического танца у станка.

Теория:

- *Battementfondu* – тающие, плавное движение .
- *Battementfrappé* – ударяющее движение.
- *Relevale* на 90*

Это медленное поднимание ноги на 90°. Движение развивает силу ног, шаг; выполняется в медленном темпе.

- *Develops* во всех направлениях на 90*

Практика

- *Battementfondu*. Это движение развивающее силу, выворотность, эластичность ног, придающее движениям плавность, мягкость.

Музыкальный размер: 4/4.

Battementfondu изучается лицом к палке в медленном темпе в сторону, вперед и назад носком в пол. Сначала осваивается отдельным приемом только в сторону. Далее движение изучается слитно, лицом к палке, затем – держась одной рукой, позже *battementfondu* выполняется открывая ногу на 45° по всех направлениях

- *Battementfrappé*. Движение вырабатывает умение владеть нижней частью ноги – от колена до пальцев; четко, энергично сгибать и разгибать ногу при неподвижном верхе, развивает силу ноги. *Battementfrappé* исполняется в сторону, вперед и назад, носком в пол (в начале изучения движения) и на 45°. Начинают изучать движение лицом к палке, в медленном темпе, без акцентов, равномерно.

Музыкальный размер: 4/4, 3/4, 2/4.

- *Relevale* на 90* Музыкальный размер: 4/4. Изучается на два такта 4/4.

И. п. – I (V) позиция, лицом к палке.

- *Develops* (батман девлоппе) - вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением «рабочей» ноги по опорной.

Форма контроля: Наблюдение

3.Экзерсис (упражнения) классического танца на середине зала

Теория: По мере того, как ученики приобретают устойчивость в упражнениях у палки, эти упражнения переносятся в той же последовательности на середину зала.

-*Enface в epaulement*- повороты корпуса

-*Pordebras*- движение рук

Прыжки классического танца:

-*Pasechappe* на вторую позицию

Практика:

-*Enface в epaulement*. Постепенно в экзерсис на середине зала включают повороты корпуса из положения *enface* в *epaulement* и обратно *enface*. Поворот корпуса и головы совпадает с поворотом ног в V позиции. Во время поворота пятки слегка приподнимаются от пола, выворотность V позиции сохраняется.

-*Pordebras* . Первоначально движение изучается *enface* в не выворотной I позиции ног, затем в V позиции *epaulementcroisé*.

Pordebras исполняется не менее 2–4 раз подряд с каждой ноги.

Музыкальный размер: 4/4, 3/4.*por debras*-(пор де бра) -«перегибы туловища»,наклон вперед, назад, в сторону

Pordebras-(пордебра)1,2,3.

Прыжки классического танца:

-*Pasechappe* на вторую позицию

Исходное положение — пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На *раз*— *demiplié*, голова поворачивается *enface*. На *и* ноги сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке пятую позицию в воздухе. На *два* предельно вытянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, раскрываются, опускаясь в *demiplié* на вторую позицию. На *и* ноги, не расслабляя мышц, сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке вторую позицию в воздухе. На *три* предельно натянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, соединяются, заканчивая прыжок в *demiplié* пятой позиции — левая нога впереди,*поворот головы налево*. На *четыре* ноги вытягиваются, и *pasechappe* исполняется с левой ноги

Форма контроля: Наблюдение

4.Современные танцы. Краткий исторически очерк развития современных направлений танца

Теория: Историческое развитие танца модерн в России.

Практика тестирование

Форма контроля: Опрос

5. Упражнения для развития подвижности позвоночника: Flat back, Side stretch(в сторону), Deep body bend(глубокий наклон), Body roll (волнатель), Contraction, Release

Теория:

- *Flatback* (плоская спина), или tabletop (поверхность стола).

- *Side stretch* - это flat back в сторону

- *Deepbodybend*-глубокий наклон

Исполняется по правилам flatback, глубина наклона соответствует физическим данным исполнителя

- *Bodyroll*- волна всем телом.

Достигается путем включения нескольких центров последовательно один за другим

- *Contraction*, - это сжатие всех мышц и относительное уменьшение объема тела, которое как бы аккумулирует энергию для дальнейшего движения, которое выполняется одновременно с release.

- *Release* - это движение обратное сжатию, высвобождение, расширение.

Практика: Выполнение упражнений для развития подвижности позвоночника: flatback, sidestretch(в сторону), deepbodybend(глубокий наклон), bodyroll (волна телом), contraction, release

Форма контроля: Наблюдение

6. Demi и grandplie по технике джаз – модерн

Теория: Demi- и grandplie. Исполняются по всем параллельным и выворотным позициям. Возможно изменение динамики исполнения (например, медленное сгибание и быстрое вытягивание коленей), а также сочетания с движениями торса (спирали, твисты, наклоны) и координация с движениями изолированных центров. Зачастую изменяются позиции рук.

Практика: Выполнение упражнения

Форма контроля: Наблюдение

7. Bat. tandy и bat. tendujete по технике джаз – модерн

Теория: Battement tendu и battement tendujete исполняются не только по выворотным, но и по параллельным позициям. Также может изменяться динамика исполнения. Возможно исполнение этих движений в сочетании с сокращенной стопой. Возможна координация с движениями других изолированных центров. Особенно эффектна координация с руками.

Практика: Выполнение упражнения

Форма контроля: Наблюдение

8. Tilt- угол наклона

Теория: Tilt- угол наклона

-1вариант исполнения. Происходит смещение центра тяжести тела относительно вертикальной оси

-2вариант исполнения. Происходит смещение всей оси тела относительно вертикального положения

В движения могут включаться руки и ноги

Практика: Выполнение упражнения

Форма контроля: Наблюдение

9. Battement tend jete в сочетании с kick ball change Battement tend jete в сочетании с step ball change

Теория:

Battement tend jete в сочетании с kick ball change

Battement tend jete в сочетании с step ball change

-Kick- удар

-Ballchange(танцевальный ход состоящий из 2х частей: первая - прокатывание и смена, вторая шаг)

- Step- шаг

Практика: Выполнение упражнения

Форма контроля: Наблюдение

10. Постановка танцевальных номеров

Практика: Постановочная работа с группами учащихся, репетиционная работа,

Форма контроля: Открытые занятия, отчетные концерты, участие в различных конкурсах и мероприятиях

11. Итоговые занятия

Практика: Открытое занятие с показом изученного за четвертый год обучения материала. Беседа с учащимися: анализ и самоанализ выступления.

Форма контроля: беседа:

- Чему научились за учебный год?

- Что нового интересного и полезного узнали?

- Какие новые навыки приобрели?

Учебно-тематический план программы 5-го года обучения.

№	Название темы	Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы контроля / аттестации
1	Вводное занятие	2	2	-	Занятие-беседа	Опрос
2	Экзерсис (упражнения) классического танца у станка	16	4	12	Занятие-практика	педагогическое наблюдение

	на полупальцах					
3	Экзерсис (упражнения) классического танца на середине зала, прыжки.	16	4	12	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
4	Современный танец. Разогрев: на середине класса, у станка и в партере	10	4	6	Занятие-практика	Наблюдение
5	Упражнения стрейчвого характера	10	4	6	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
6	Упражнения свингового характера и расслабление	10	4	6	Занятие-практика	Наблюдение за выполнением упражнения
7	Современный танец. Кросс (шаги, прыжки, вращения)	16	4	12	Занятие-практика	Наблюдение
8	Современный танец. Изоляция	10	4	6	Занятие-практика	педагогическое наблюдение
9	Свободная пластика, импровизация или комбинации в современном танце	16	4	12	Занятие-практика, игра	Наблюдение за выполнением упражнения
10	Постановка танцевальных номеров	36	8	28	Занятие-практика	Выступления, конкурсы, открытые занятия, отчетный концерт
11	Итоговые занятия	2	-	2	Открытое занятие	Беседа
	Итого	144	42	102		

Содержание программы 5-го года обучения

1. Введение

Теория: Организация детей в группы, знакомство с расписанием, беседа о правилах безопасности на занятиях хореографического искусства. Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на четвертый год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка.

Форма контроля: Опрос:

- Как должен вести себя обучающийся на занятиях?
- Что нельзя делать на занятиях?
- Что можно и нужно делать на занятиях?

2. Экзерсис (упражнения) классического танца у станка на полупальцах

Теория:

-*Battementfondu* – тающие, плавное движение.

- *Battementfrappé* – ударяющее движение.

- *Relevalen на 90**

Это медленное поднимание ноги на 90°. Движение развивает силу ног, шаг; выполняется в медленном темпе.

- *Develops во всех направлениях на 90**

Практика

-*Battementfondu*. Это движение развивающее силу, выворотность, эластичность ног, придающее движениям плавность, мягкость.

Музыкальный размер: 4/4.

Battementfondu держась одной рукой за палку, выполняется открывая ногу на 45° по всех направлениях

- *Battementfrappé*. Движение вырабатывает умение владеть нижней частью ноги – от колена до пальцев; четко, энергично сгибать и разгибать ногу при неподвижном верхе, развивает силу ноги. *Battementfrappé* выполняется в сторону, вперед и назад, носком в пол (в начале изучения движения) и на 45°.

Музыкальный размер: 4/4, 3/4, 2/4.

-*Relevalen на 90** Музыкальный размер: 4/4. Изучается на два такта 4/4.

-*Develops* (батман девлоппе) - вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением «рабочей» ноги по опорной ноге.

Форма контроля: Наблюдение

3. Экзерсис (упражнения) классического танца на середине зала, прыжки

Теория: По мере того, как ученики приобретают устойчивость в упражнениях у палки, эти упражнения переносятся в той же последовательности на середину зала.

-*Enface в epaulement*- повороты корпуса

-*Pordebras*- движение рук

Прыжки классического танца:

-*Pasechappe* на вторую позицию

-*Tempslevesautepрыжок* сместа.

-*Changementdepieds*, прыжок в пятой позиции с переменной ног в воздухе

Практика:

-*Enface в epaulement*. Постепенно в экзерсис на середине зала включают повороты корпуса из положения *enface* в *epaulement* и обратно *enface*. Поворот корпуса и головы совпадает с поворотом ног в V позиции. Во время поворота пятки слегка приподнимаются от пола, выворотность V позиции сохраняется.

-*Pordebras*. Первоначально движение изучается enface в не выворотной I позиции ног, затем в V позиции epaulementcroisé.

Pordebras исполняется не менее 2–4 раз подряд с каждой ноги.

Музыкальный размер: 4/4, 3/4. por debras-(пор де бра) -«перегибы туловища»,наклон вперед, назад, в сторону

Pordebras-(пордебра)1,2,3.

Прыжки классического танца:

-Pasechappe на вторую позицию

Исходное положение пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На *раз* –demi plie, голова поворачивается enface. На *и* ноги сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке пятую позицию в воздухе. На *два* предельно вытянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, раскрываются, опускаясь в demi plie на вторую позицию. На *и* ноги, не расслабляя мышц, сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке вторую позицию в воздухе. На *три* предельно натянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, соединяются, заканчивая прыжок в demi plie пятой позиции - левая нога впереди, поворот головы на лево. На *четыре* ноги вытягиваются, и pase chappe исполняется с левой ноги

-Temps leveaute прыжок с места.

Исходное положение - первая позиция, корпус подтянут, колени сильно вытянуты, руки в подготовительном положении, голова enface. На *раз и два* ноги, усиливая выворотность, достигают в demiplie максимального сгиба голеностопного сустава, пятки плотно прижаты к полу, корпус прямой и подтянутый (во всех прыжках классического танца demi plie как перед прыжком, так и после выполняют строго по указанным правилам). На *и* ноги сильно отталкиваются от пола, тотчас же вытягивают в прыжке колени, подъем и пальцы и, сдерживая инерцию падения, фиксируют в воздухе первую позицию. На *три и* прыжок заканчивается в demiplie; ноги переходят с носка на всю стопу. На *четыре* колени, сохраняя выворотность, медленно вытягиваются, и ноги возвращаются в исходное положение.

-Changement depieds, прыжок в пятой позиции с переменной ног в воздухе. Исходное положение — пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На *раз*— demi plie. На *и* йоги сильно отталкиваются от пола и тотчас же вытягивают в прыжке колени, подъем и пальцы. Голова поворачивается enface. Натянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, меняются раскрываясь настолько, чтобы одна не задевала другую. На *два и changementdepieds* заканчивается в dem iplie пятой позиции, левая нога впереди, голова поворачивается налево. На *три и* ноги вытягиваются, возвращаясь в исходное положение. На *четыре* исходное положение сохраняется, и changementdepieds повторяется с левой ноги. С начала

changementdepieds изучают лицом к палке. Усвоив перемену ног в воздухе и эластичность demiplie в конце прыжка, движение переносят на середину зала. В demiplie перед changementdepieds пятки плотно прижаты к полу, корпус и руки в прыжке спокойны. Музыкальный размер 4/4. Changementdepieds исполняют, как и temp slevesaute: сначала — один прыжок на такт, затем — два прыжка на один такт.

Форма контроля: Наблюдение

4. Современный танец. Разогрев: на середине класса, у станка и в партере

Теория: Задача этого занятия — привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы в отличие от классического тренажа с определенной последовательностью упражнения. В модерн-джаз танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере.

Практика:

- Первая группа — это упражнения стрэтч-характера, т.е. растяжение, связанные со статическим напряжением мышц различных частей тела.

- Вторая группа – упражнения связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы (именно на позвоночник падает основная нагрузка в дальнейших частях занятия). Эти упражнения эффективнее всего стоя или в партере.

Третья группа – упражнения связанные с разогревом ног. Здесь много заимствований из классического экзерсиса: battementtendu, battementjete и т.д.

- Четвертая группа упражнений связана с расслаблением позвоночника и включает в себя упражнения свингового характера или падения (drop) торса в различных направлениях. При сочетании всех Упражнения достигается необходимый разогрев различных групп мышц.

Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, demiplie и grandplie по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, Упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения, заимствованные из занятия классического танца. В партере: Упражнения для позвоночника, Упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Форма контроля: Наблюдение

5. Упражнения стретч-характера

Теория: Упражнения стрэтч-характера («растяжки»).

Эти упражнения позволяют выработать выворотность, шаг и силу мышц.

Практика: Исполняются упражнения несколькими способами:

Фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени.

Пульсирующие наклоны торса (bounce).

Открытие ноги с помощью руки или обеих рук. Эти упражнения могут выполняться во всех позициях «сидя» и в положении «лежа на спине», когда с помощью руки «рабочую» ногу можно открыть вперед или в сторону. Эти же «растяжки» можно выполнять в положении «лежа на боку». В большинстве случаев рука держит «рабочую» ногу за пятку или за щиколотку.

Форма контроля: Наблюдение. Выполнение упражнения

6. Упражнения свингового характера и расслабление

Теория: Упражнения связанные с расслаблением позвоночника – техника выполнения, правила.

Практика:

-Упражнения свингового характера или падения (drop) торса в различных направлениях.

-Падения.

Некоторые варианты Упражнения на падение:

- стоя на ногах с продвижением по диагонали, обращается внимание на ритм Упражнения: спокойное положение стоя и быстрое и мягкое падение (для объяснения лучше всего пользоваться сравнениями «как свеча задутая порывом ветра», «как лист дерева, падающий поздней осенью» и т. д.);

- стоя на руках плавно или быстро опускаться на пол (если участники занятия боятся делать стойку, можно использовать наклон корпуса вперед с опорой на ноги и руки и падение из этого положения). Основной задачей этого упражнения является тренировка танцоров к перемене уровня вниз головой, что существенно усложняет координацию;

- сидя на корточках, совершается активный прыжок вперед (в сторону или назад) с дальнейшим падением, определенная сложность этого упражнения заключается в том, что с ног нужно в прыжке выпрыгнуть в уровень, стоя и упасть на пол быстро и мягко (во избежание травм).

Форма контроля: Наблюдение. Выполнение упражнения

7. Современный танец. Кросс (шаги, прыжки, вращения)

Теория: Кросс, шаги, прыжки, вращения

Практика: Виды шагов:

-Flatstep.

-Camelwalk («верблюжья ходьба»).

Прыжки:

- с двух ног на две (jump);

- с одной ноги на другую с продвижением (leap);

- с одной ноги на ту же ногу (hop);

- с двух ног на одну.

Основные виды поворотов:

- на двух ногах;
- на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Форма контроля: Наблюдение

8. Современный танец. Изоляция

Теория: Изоляции, как правило, подвергаются все центры — от головы до ног. Однако возможны комбинации, когда последовательно выполняется одно движение головой, одно — плечами, одно — грудной клеткой, одно — руками, одно — тазом, одно — ногами. При исполнении подобных «цепочек» очень важно использовать принцип упражнения, т. е. из одного центра передавать импульс в другой.

Практика: Первоначально все движения изучаются в «чистом» виде, причем возможно исполнение двумя способами: медленное сжатие и расширение (например, медленный наклон головы вперед и максимальный наклон головы назад) или резко достичь максимального положения. Но в том и другом случае центр, приведенный в движение, должен достигать своего крайне возможного положения. Второй этап обучения — соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг. Следующий этап — соединение в более сложные геометрические комбинации, более сложные ритмические структуры. И, наконец, последний этап — соединение движений нескольких центров (об этом подробнее в разделе «Координация»).

Основная задача педагога во время изучения движений изолированных центров — следить за тем, чтобы движения были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта, на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, так как анатомически все центры тесно связаны.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

9. Свободная пластика, импровизация или комбинации в современном танце

Теория: Последним, завершающим разделом занятия модерн-джаз танца является комбинация. Здесь все зависит от фантазии педагога и его балетмейстерских способностей.

Практика: Нет никаких рецептов построения комбинации: они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть комбинации в партере, связанные с положениями contraction и release, спиралями и твистами торса, а также с нетрадиционными передвижениями на полу типа перекатов, кувырков и

т.п. Комбинации могут быть на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

Однако главное требование комбинации - ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность

Форма контроля: Наблюдение. Выполнение комбинации

10. Постановка танцевальных номеров

Теория: Правила поведения во время репетиций

Практика: Постановочная работа с группами учащихся, репетиционная работа

Форма контроля: Открытые занятия, отчетные концерты, участие в различных конкурсах и мероприятиях

11. Итоговое занятие

Теория: Беседа с учащимися: анализ и самоанализ выступления.

Практика: Открытое занятие с показом изученного материала Программы за 5 лет обучения.

Форма контроля: опрос:

- Чему научились за учебный год?
- Что нового интересного и полезного узнали?
- Какие новые навыки приобрели?

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

-Овладение начальными навыками адаптации в современном мире; принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности в хореографическом искусстве и формирование личностного смысла учения музыкальной культуры, танцевальности, артистизма и эмоциональности;

- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

- Формирование основ российской гражданской идентичности; формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов

Метапредметные результаты

- Регулятивные – обучающиеся будут уметь составлять план действий, осуществлять действия по реализации плана, соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его;
- Познавательные (когнитивные) - способность различать виды искусства; применение полученных знаний для реализации практических и творческих работ; способность самостоятельного приобретения знаний из различных источников информации, включая самостоятельное определение этих источников (тематические книги, журналы, сайты, группы); освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- Коммуникативные – общительность, поддержание дружеской атмосферы в коллективе, проявлять сочувствие и переживание другим людям, радость за успехи; готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

Предметные результаты

Результаты 1 года обучения:

В конце 1-го учебного года дети будут

Знать:

1. Основы хореографии: терминологию 1 года обучения;
2. Построения и перестроения в: колонну, шеренгу, круг, шахматный порядок;
3. Понятие линия танца;
4. Музыкальный размер (размер 2/4, 3/4, 4/4);
5. Упражнения для: головы, плеч и рук, грудная клетка, для талии, бедер и таза, ног и стоп;
5. Элементы партерной гимнастики: мостик и шпагат.

Уметь:

1. Применять знания в практической деятельности;
2. Определять размер музыкального произведения;
3. Быстро и логично перестраиваться во время этюдов из колонны в шеренгу и наоборот;
4. Передвигаться по линии танца и против линии танца.

Результаты 2 года обучения:

В конце 2-го учебного года дети будут

Знать:

1. Основы хореографии: терминологию 2 года обучения;
2. Понятие опорная нога и рабочая нога;
3. Позиция рук, ног в классическом танце;
4. Правила исполнения движения: Demi plie, Battement tend, Releve, port deb ras;
5. Положение ноги на sou-de-pied;
6. Упражнения стрейч - гимнастики на полу;
7. Упражнения художественной гимнастики;
8. Правила поведения на сцене, за кулисами.

Уметь:

1. Переносить вес тела с одной ноги на другую;
2. Сохранять точное положение корпуса при исполнении движения;
3. Сохранять точные позиции рук и ног во время исполнения упражнения;
4. Демонстрировать знания по программе без помощи педагога.

Результаты 3 года обучения:

В конце 3-го учебного года дети будут

Знать:

1. Основы хореографии: терминологию 3 года обучения;
2. Упражнения: на расслабление и напряжения мышц тела, на развития гибкости плечевого и поясничного суставов, мышц брюшного пресса;
3. Правила исполнения движений классического танца: Demi plie, Grand plie, Battement tend, Battement tend jete, Grand battement jete, Battement frappe, Battement fondu, Rond de jambe par terre;
4. Историю зарождения и развитие танца джаз-модерн, позиции рук и ног в танце джаз-модерн;
5. Правила поведения на сцене, за кулисами

Уметь:

1. Делать упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага, упражнения для исправления осанки;
2. Выворотно исполнять движения классического танца по всем позициям, двигать всей рукой и ее частями в сочетании с движениями, держатся за станок одной рукой;
3. Работать наедине с педагогом, в группах, владеть навыком поведения на сцене, в зале;
4. Владеть устойчивостью во время исполнения;
5. Уметь рассказывать о танце джаз-модерн;
6. Демонстрировать знания без помощи педагога.

Результаты 4 года обучения:

В конце 4-го учебного года дети будут

Знать:

1. Основы хореографии и терминологию 4 года обучения;

2. Правила исполнения движений классического танца у станка и на середине зала;
3. Упражнения на растяжку у станка;
4. Движения изолированных центров и технику их исполнения в джазовом танце;
5. Упражнения для развития подвижности позвоночника: наклоны торса (flatback), спирали, волна(bodyroll), contraction – release более сложного уровня
6. Виды шагов: Flatstep, Camelwalk; Примеры исполнения прыжков: лягушка, разножка; вращения: поворот на месте, поворот на двух ногах;
7. Упражнения на полу –партерная гимнастика более сложного уровня.
8. Правила поведения на сцене, за кулисами во время концертов, конкурсов, фестивалей.

Уметь:

1. Выворотно исполнять движения классического танца по всем позициям, двигать всей рукой и ее частями в сочетании с движениями, держатся за станок одной рукой;
2. Владеть устойчивостью во время исполнения
3. Выполнять движения изолированных центров и технику их исполнения в джазовом танце;
6. Выполнять упражнения для развития подвижности позвоночника: наклоны торса (flatback), спирали, волна(bodyroll), contraction – release более сложного уровня
7. Правильно выполнять виды шагов: Flatstep, Camelwalk; исполнять прыжки (лягушка, разножка) и вращения (поворот на месте, поворот на двух ногах);

Результаты 5 года обучения:

В конце 5-го учебного года дети будут

Знать:

1. Правила исполнения движений классического танца у станка;
2. Правила исполнения движения классического танца на середине зала;
3. Историю зарождения и развитие современных направлений;
4. Упражнения для развития подвижности позвоночника;
5. Упражнения стрейчгого характера;
6. Упражнения свингового характера, расслабление;
7. Разогрев: на середине класса, у станка и в портере;
8. Кросс (шаги, прыжки, вращения);
9. Правила поведения на сцене, за кулисами, способы рефлексии.

Уметь:

1. Выворотно исполнять движения классического танца по всем позициям;
2. Владеть устойчивостью торса во время исполнения элементов;

3. Делать разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стрэйч-характера, наклоны и твисты торса; соединение разогрева в единую комбинацию из нескольких движений;

4. Делать: комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя»;

5. Упражнения стрэйч-характера во всех положениях: «сидя», «лежа», «стоя у станка»;

6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров;

7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360*;

8. Самостоятельно работать над техникой и композицией танца на основе приобретенного комплекса знаний, умений и навыков.

Организационно-педагогические условия реализации программы

- Учебно-методическое и информационное обеспечение программы:

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания учащихся и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

- Материально-технические условия реализации программы:

Занятия по программе «Основы хореографии и современный эстрадный танец» проводятся в большом, оборудованном, хорошо освещенном и проветриваемом зале, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям. Обязательное требование зала – хорошее покрытие пола, установленные зеркала и хореографические станки. Большие зеркала в зале необходимы для того, чтобы Учащиеся, отрабатывая движения и следя за своим отражением, могли себя контролировать и исправлять ошибки. Хореографический станок — это перекладины, установленные по периметру хореографического зала и предназначенные для выполнения упражнений в диаметре 5-7 см, закрепленными на стене металлическими кронштейнами. Станок служит учащимся опорой во время исполнения упражнений и при разучивании танцевальных элементов и движений.

Для стимулирования и наглядности достижений в кабинете имеется витрина с кубками и дипломами с различных по уровню конкурсов и фестивалей.

Также в хореографическом зале имеется тематические и методические папки, аудиотека, фонотека и видеотека. Необходимые костюмы и танцевальная обувь, а также реквизит: зонтики, шляпки и т.д. хранятся в костюмерной или у детей.

На занятия учащиеся приходят в специальной форме, это их дисциплинирует, обувь - тапочки на мягкой подошве - балетки.

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы хореографии и современный эстрадный танец» осуществляет педагог дополнительного образования – Тураева Елена Михайловна.

Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Аттестация по Программе «Основы хореографии и современный эстрадный танец» (промежуточная и аттестация по завершению освоения программы) проводится в формах, определенных учебным планом образовательной программы, и в порядке, установленном Положением об аттестации обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан, в соответствии со ст. 30, ст.58, ст.60 Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», размещенном на официальном сайте организации в сети «Интернет».

Аттестация обучающихся общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы хореографии и современный эстрадный танец» заключается в проведении текущего, промежуточного и итогового уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Текущий контроль – наблюдение проводится на каждом занятии, после изучения каждой темы или раздела.

Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения обучающимися учебного материала по итогам учебного года.

Аттестация по завершению освоения программы – это оценка уровня достижений обучающихся по завершению освоения дополнительной общеразвивающей программы с целью определения изменения уровня развития детей, их творческих способностей; заключительная проверка знаний, умений, навыков.

Промежуточная и аттестация по завершению освоения программы обучающихся по данной программе складывается из двух составляющих: внутренней (открытые уроки) и внешней деятельности коллектива. (концерты и конкурсы)

Внутренняя деятельность – это развитие хореографических и личностных способностей каждого обучающегося, владение теоретическим материалом. Владение теоретической составляющей данной программы осуществляется в форме выполнения тестовых заданий (Приложение 4) и оформляется в виде протоколов по каждой учебной группе.

Концерт, конкурс, фестиваль является формой диагностики хореографических способностей и развития личности ребенка. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.д. можно отнести к внешней деятельности коллектива, а результаты участия – как своеобразный критерий оценки их деятельности. Все дети принимают участие в концертной деятельности, но на разных уровнях, поэтому каждый найдет возможность проявить себя.

По результатам промежуточной аттестации обучающийся переводится на другой год обучения.

Аттестация по завершении освоения программы осуществляется аттестационной комиссией учреждения и оформляется в виде протоколов по каждой учебной группе (объединению), которые сдаются председателем аттестационной комиссии директору учреждения. Состав аттестационной комиссии определяется приказом директора по рекомендации Педагогического совета и не может быть менее трех человек, из которых один является представителем администрации учреждения, второй – методистом, третий – педагогом дополнительного образования в данной или смежной предметной области. В аттестационную комиссию могут входить другие педагогические работники по усмотрению администрации. Педагог дополнительного образования, чьи обучающиеся проходят аттестацию по завершении освоения программы, в состав аттестационной комиссии не включается.

Выступление обучающихся на отчетном концерте - аттестация по завершению освоения программы - оценивается по следующим критериям:

Высокий уровень:

- а) музыкальность и ритмичность;
 - б) хорошая координация;
 - в) артистизм (мимика лица, эмоциональное выражение характера музыки, импровизация, выразительность);
 - г) пространственная ориентация;
 - д) техничность;
 - е) физические качества (гибкость, сила, равновесие).
- Ошибки не допускаются.

Средний уровень:

- а) музыкальность и ритмичность;
 - б) хорошая координация;
 - в) артистизм (мимика лица, эмоциональное выражение характера музыки, импровизация, выразительность);
 - г) пространственная ориентация
- Допускаются мелкие ошибки.

Низкий уровень:

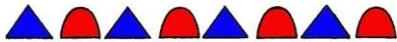

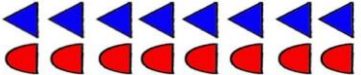

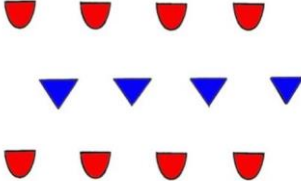
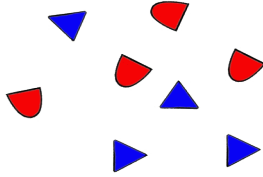
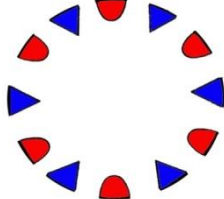
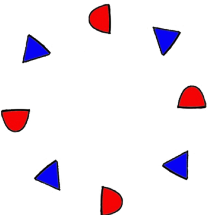
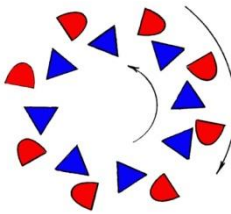
- а) пространственная ориентация;
- б) знание последовательности танцевального номера.

По результатам аттестации по завершению освоения программы обучающиеся получают Свидетельство о дополнительном образовании в порядке, который установлен соответствующим локальным нормативным актом в согласии с Уставом учреждения.

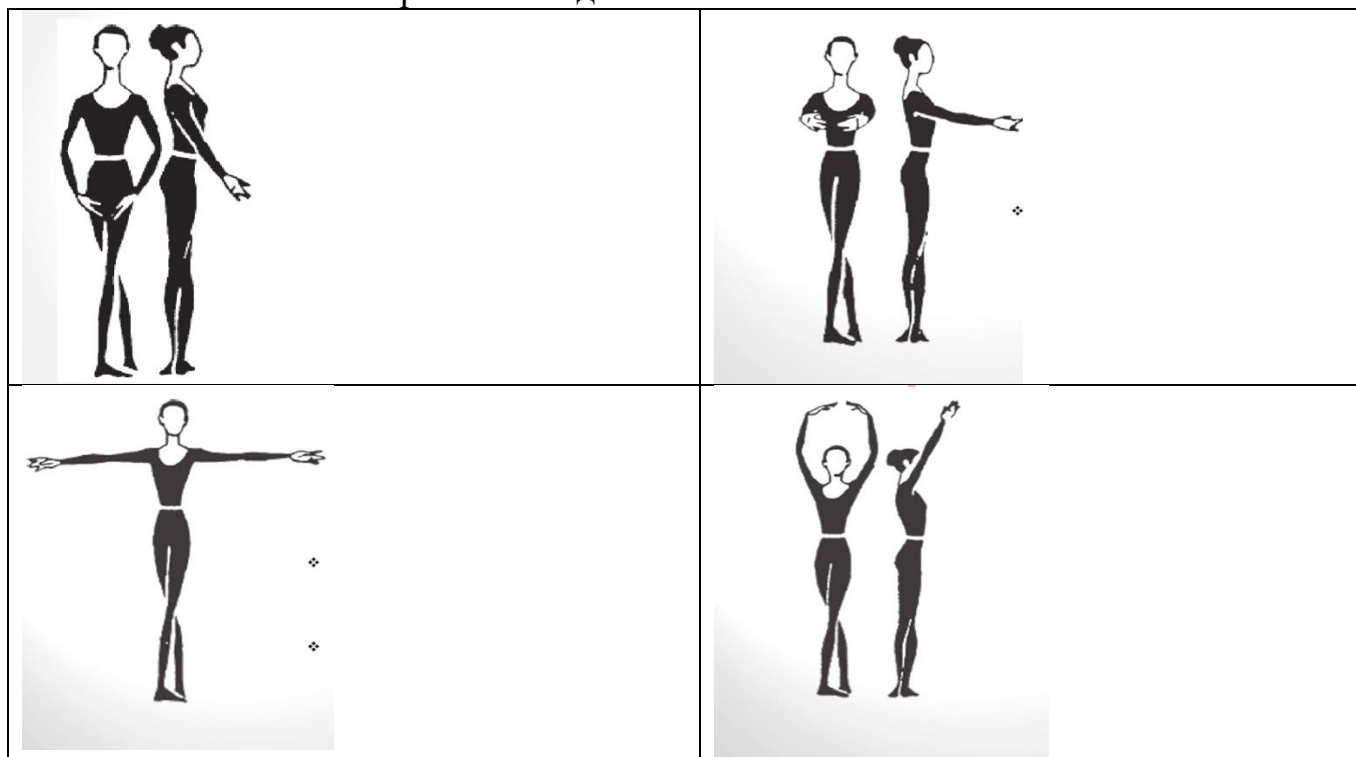
Список использованной литературы:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. №678-р
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
6. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
7. «Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (в том числе адаптированных), №2749/23 от 04.03.2023г., ГБУ ДО «РЦВР», 2023 год, Казань.
8. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан.
9. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический коллектив «Счастье Есть», К. С. Головцева, МОУ ДО «Дом творчества» г. Ярославль, 2019 год.

10. Дополнительная общеразвивающая программа в области хореографического искусства «Хореография», МБУ ДО «Детская школа искусств им. В. И. Сафонова» г. Пятигорск, 2020 год.
11. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография и ритмика», А. В. Божок, ГБОУ города Москвы «Школа №2103», 2022 год.

	<p>Шеренга –стройный ряд детей, стоящих плечом к плечу, смотрящих в одну сторону.</p>
	<p>Колонна– стройный ряд детей, стоящих друг за другом и смотрящих в затылок друг другу. Для ходьбы и бега дети должны строиться по росту и не слишком тесно (на расстоянии вытянутых вперёд рук).</p>
	<p>Колонна пар– две колонны по одному, построенных рядом; они образуются парами детей, стоящих в затылок, пара за парой.</p>
	<p>Цепочка– колонна детей, взявшихся за руки.</p>
	<p>Построение в шахматном порядке – для выполнения упражнений на середине дети должны стоять в шахматном порядке. Можно чередовать линии – линия девочек, линия мальчиков и т.д.</p>
	<p>Врассыпную –при построении дети должны занимать всё имеющееся пространство, соблюдая дистанцию, необходимую для свободы движения.</p>
<p>а)</p> 	<p>Круг: стоя в кругу – дети повёрнуты лицом или спиной к центру, плечом к плечу;</p>
<p>б)</p> 	<p>в)</p> 

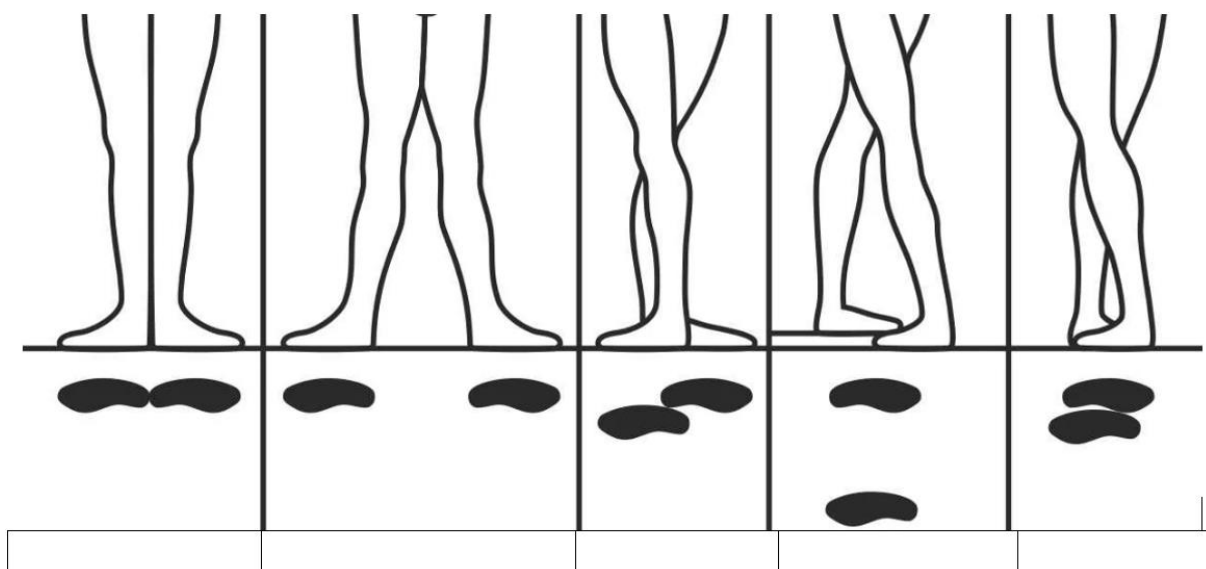
Карточки с заданиями «Узнай и покажи»



Ответы

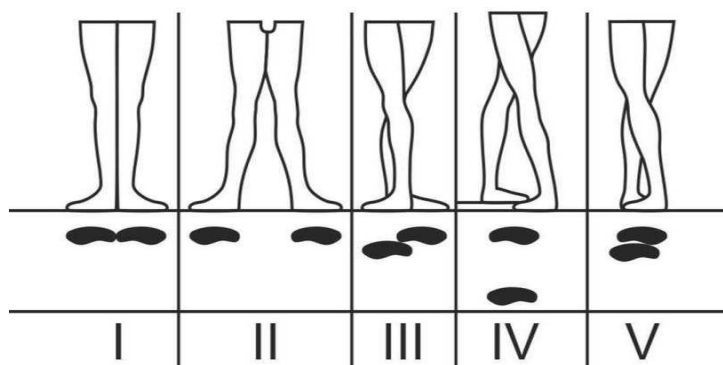
<p>Подготовительное положение</p>  <ul style="list-style-type: none"> ❖ Постановка рук начинается с подготовительного положения. ❖ Руки опущены вниз перед корпусом, не соприкасаясь с ним. Локти направлены в стороны, немного согнуты, образуют овал. Кисти рук закруглены и почти соприкасаются (расстояние между ними равно примерно двум пальцам). Ладони направлены вверх. ❖ Плечи опущены вниз, нельзя их выдвигать, отводить назад или поднимать вверх. 	<p>Первая позиция</p>  <ul style="list-style-type: none"> ❖ Первая позиция даёт направление рукам. ❖ Руки подняты перед корпусом на уровне диафрагмы, чуть согнуты в локтях, образуя овал. Ладони обращены к себе. Локти и пальцы на одном уровне. Плечи опущены, кисти рук приближены друг к другу, но не соприкасаются. ❖ Принятая высота уровня рук даёт возможность не закрывать область груди, руки могут поддерживать корпус за счёт напряжения мышц верхней части руки (от плеча до локтя).
<p>Вторая позиция</p>  <ul style="list-style-type: none"> ❖ Руки раскрыты в стороны на высоте плеч. Плечи, локти и кисти находятся на одном уровне. Локти обращены назад, линия рук дугообразная, ладони повернуты к зрителю. Положение пальцев такое же, что в подготовительном положении и I позиции. ❖ Следует хорошо поддерживать локоть напряжением мускулов верхней части руки. ❖ Следить за тем, чтобы руки не уходили назад, а находились немного впереди плеч. 	<p>Третья позиция</p>  <ul style="list-style-type: none"> ❖ Руки подняты вверх с округлыми локтями, кисти (ладонями вниз) сближены, как в подготовительном положении и в I позиции, но не соприкасаются и должны быть видимы глазами без поднимания головы. ❖ Недопустимо, чтобы руки находились над головой или заходили за голову. ❖ Следить за тем, чтобы локти не шли вперёд, а кисти рук не опускались.

Карточки с заданиями «Определи и покажи: позиции ног»



Ответы

ПОЗИЦИИ НОГ



I	II	III	IV	V
Пятки вместе, носки врозь, ступни соприкасаются пятками и развернуты носками наружу, образуя на полу прямую линию	Стопы выворочены и расположены на одной прямой линии, расстояние между пятками составляет длину стопы	Ступни прилегают одна к другой так, что пятка одной ступни соприкасается с серединой другой ступни (то есть одна стопа наполовину закрывает другую).	Выворотные ступни, располагаясь параллельно, отстоят друг от друга на длину стопы. Пятка одной ступни должна находиться прямо перед носком; таким образом, вес распределяется равномерно	Ступни, плотно прилегая друг к другу, расположены рядом, пятка одной ноги соприкасается с носком другой. (Эта позиция сходна с четвертой, с той разницей, что ступни плотно прилегают одна к другой).

ВАРИАНТЫ ПОЛОЖЕНИЯ РУК



Правая рука в третьей позиции, левая рука во второй позиции.

Правая рука вперед, ладонью вниз, левая рука назад, ладонью вниз.

Правая рука во второй позиции, левая рука в подготовительной позиции.



Правая рука в первой позиции, левая рука в подготовительной позиции.



Правая рука в третьей, левая рука в подготовительной позиции.

Практическое задание.

1. Самостоятельно выполнить основные позиции рук.
2. Выполнить дополнительные варианты положений рук.

В каждой позиции 2×8.

Тестирование по хореографии

Составитель: Тураева Елена Михайловна,
Педагог дополнительного образования по хореографии
МБУ ДО «ЦЭВД» ЕМР РТ

Пояснительная записка

Тестирование является одним из актуальных форм контроля качества объема усвоенной той или иной учебной дисциплины. Использование тестирования способствует улучшению организации и повышению качества учебного процесса. Оценка при помощи тестирования позволяет ответить на вопрос - в каком объеме происходит освоение программы и соответствует ли реальное положение вещей нашим ожиданиям. Полученный результат анализируется и при необходимости вносятся корректировки в способы и методы подачи информации, в содержание программы.

Функции тестирования.

Одними из более значимых являются три взаимосвязанные функции тестирования: диагностическая, обучающая и воспитательная.

- Диагностическая функция состоит в оценке знаний учащихся. Эта функция является наиболее важной для тестирования. По объективности, широте и скорости диагностирования, тестирование превосходит иные формы оперативного контроля.

- Обучающая функция тестирования состоит в мотивировании учащегося к активизации работы по усвоению учебного материала. Подготовка к тестированию включает в себя как повторение уже пройденного материала, так и обращение к дополнительным источникам информации. Это позволяет повысить уровень освоения дисциплины. А также развить навыки самостоятельной работы.

- Воспитательная функция проявляется в периодичности тестового контроля. Это дисциплинирует и систематизирует деятельность учащихся, помогает выявить и устранить пробелы в знаниях.

Положительные стороны тестирования.

Результаты тестирования во многом позволяют педагогу проанализировать ситуацию, определить слабые и сильные стороны обучающегося, спрогнозировать будущее и применить методы коррекции индивидуально. Помимо прочего, у тестов есть и другие положительные стороны:

- Повышение объективности оценки знаний по сравнению с устным опросом, поскольку в данном случае исключается субъективный фактор.

- Определение уровня знаний каждого из учащихся по всем темам учебной дисциплины, за определенный промежуток времени, а не на 1-2 темы, как при устном ответе.

- Возможность использования на протяжении осуществления образовательной деятельности на любую возрастную аудиторию.

При создании тестов учитывались: соответствие вопросов и тем программного содержания, значимость этих тем в обучении, сбалансированность вопросов по всем темам, вариативность выбора ответов в тестах и возраст обучающихся.

Бланк включает в себя 10 вопросов с тремя вариантами ответов.

Тест по хореографии (1 год обучения)

1. Хореография это: А) вокальное искусство Б) танцевальное искусство В) изобразительное искусство	6. «Мостик», «свечка». «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к: А) растяжке Б) акробатике В) классическому танцу
2. Богиня танца: А) Мая Плисецкая Б) Айседора Дункан В) Терпсихора	7. В I позиции ног: А) ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длины стопы Б) ступни соединены пятками, образуя одну линию В) ступни выворотом примыкают одна к другой, носок одной ноги соприкасается с пяткой другой ноги
3. Releve (релеве) это: А) поза Б) прыжок В) подъем на полупальцы	8. Позиция рук, в которой руки подняты вверх, образуя овал над головой, ладони повернуты вниз: А) II Б) III В) подготовительное положение
4. Одним из современных танцев является: А) хоровод Б) полька В) хип-хоп	9. Движения бедрами по восьмерке характерно для: А) русского танца Б) классического танца В) танца samba (самба)
5. Что является опорой для танцовщика: А) обруч Б) полка В) станок	10. Экзерсис у станка – одна из составляющих урока: А) музыки Б) хореографии В) физкультуры

Оценочные критерии.

9-10 правильных ответов	Результат высокий	отлично
8-7 правильных ответов	Результат средний	хорошо
6 правильных ответов	Результат низкий	удовлетворительно
5 и менее правильных ответов	Результат неудовлетворительный	

Тест по теме классический танец

elenavikent87@gmail.com Сменить аккаунт

Ещё Не будет видно пользователям

Сколько позиций рук в классическом танце

- 4 позиции
 3 позиции
 2 позиции

На какой картинке изображена 3я позиция рук



А



В



Вариант 3



Г

Обе ступни повернуты совершенно выворотню, соприкасаются только пятками и образуют одну прямую линию это...

- I позиция ног
 II позиция ног
 V позиция ног

Сколько позиций ног в классическом танце

- 5 позиций
 3 позиции
 6 позиций

На какой картинке изображена 3я позиция ног



А



Б



В

Обе руки опущены вниз, кисти направлены внутрь. Ближняя рука к другой, но не соприкасаются, локти слегка округлены, так чтобы рука не соприкасалась с корпусом от локтя до плеча, чтобы рука не прилегала под мышкой. Все пальцы ступни соприкасаются совершенно свободно и мягко в суставах, большой палец соприкасается со средним, кисть не сломана в запястье, но продолжает общую округлую линию всей руки от плеча.

- I позиция рук
 Подготовительное положение
 II позиция рук

- Ношком
 Пяточкой
 Рыбьим стопом

Музыкальный размер в начале разучивания батман тандро

- 4/4
 2/4
 3/4

БАТМАН ТАНДРО ЖЕТЕ - это

- Сложное и разное стопы выполняются по кругу до последнего поклона на месте.
 Больше четкое в каждом поклона и поклонах кисти и возвращение в исходное положение через батман тандро.
 Небольшая четкая в каждом поклона и поклонах кисти и возвращение в исходное положение через батман тандро.

По какой позиции ног выполняется батман тандро жете?

- Выполняется по всем позициям
 Выполняется по первой или второй позиции
 Не выполняется на по одной позиции ног

По какому направлению выполняется батман тандро и батман тандро жете?

- Вперед и назад
 В сторону
 Вперед, в сторону, назад

На какой картинке изображено батман тандро жете в сторону?



А



Б



В

На какой примерной высоте фиксируется мога при исполнении батман тандро жете?

- 42°
 35°
 45°

Отправить

Сменить форму

Тест на тему BATTEMENT TENDU BATTEMENT TENDU JETÉ

elmalizlavay7@yandex.com Сменить аккаунт

Не будет видно получателю

*Обязательный вопрос

Фино учащегося *

Мой ответ

BATTEMENT TENDU (батман тенду)-это

- Положение ноги на носок вперед, в сторону, назад
- Положение ноги на ленту
- Подскок

Цель упражнения батман тенду

- Выработать высокий прыжок
- научить правильно выгибать ногу в коленном направлении
- выработать силу и эластичность подъяма (голеностопного сустава)

На какой из картинок изображено батман тенду вперед на носок?



А



Б

При выполнении батман тенду центр тяжести туловища находится на...

- На опорной ноге
- На рабочей ноге
- На голове

Demi and grand pile

elmalizlavay7@yandex.com Сменить аккаунт

Не будет видно получателю

*Обязательный вопрос

Фино ученика *

Мой ответ

Demi pile это

- Полное приседание
- Подъем на полушпальды
- Полуприседание

По какой позиции ног начинается проучивание demi pile тандра у станка

- По 1-ой ноге
- По всем позициям ног
- На середине зала

Grand pile это

- Полное приседание
- Полуприседание
- Подскок

За чем нужно следить во время исполнения demi pile?

- За мускулы
- За корпусом
- За приседанием
- за выворотностью в коленном и в голеностопном суставах, чтобы не было завала на большие пальцы.

Появление "вывертено" это

- Колени направлены во внутрь
- колени направлены в стороны, по линии плеч
- Стоять на носочках

В какой позиции ног, при выполнении grand pile, левые от пола не отрываются

- 1-ой ногой
- В 1-ой ноге
- У 1-ой ноги

Левые от пола отрываются при исполнении...

- Demi pile
- Grand pile

Тест по теме Port de bras

elmalizlavay7@yandex.com Сменить аккаунт

Не будет видно получателю

*Обязательный вопрос

Фино *

Мой ответ

Сколько форм Port de bras в классическом тандре

- 3 формы
- 6 форм
- 4 формы

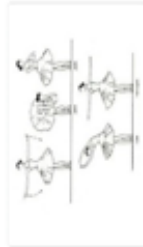
Port de bras это...

- Позиция ног
- Позиция рук
- Переводы рук в осн. позиции (накручивание – второй или удлиннение – всегда с поворотом или вращением головы, в такте передовой корпус).

Руки поднимается из подготовительного положения в 1-ю позицию, затем в 2-ю, из которой расширяются во 2-ю позицию и опускаются в подготовительное положение-это...

- 3 форма
- 1 форма
- 2 форма

На какой картинке изображена 3 форма port de bras



Вариант 1



Вариант 2



Вариант 3

Перегибание корпуса используется в

- 1 форма
- 2 форма
- 3 форма

Тест на тему contemporary

www.yourteacher.com [Скачать материал](#)

🔒 Не будет видно пользователям



Что такое contemporary

- Балет
- Народный танец
- Современный симфонический танец

В каких годах contemporary появилась в СССР

- В 60х годах
- В 2000х годах
- В 80х годах

Кто является основоположником contemporary

- Майя Плискина
- Александр Дункан
- Елиза Дюженин

Александра Дункан родилась

- 27 мая 1877 года
- 5 июня 1987 года
- 6 сентября 2000 года

В чем танцевала Александра Дункан

- Балетом в греческом стиле
- На улицах и балетной сцене
- В корсетах и дансах

В какой стране Дункан инициировала строительство храма на холме Коланос для проведения танцевальных заметей (сейчас – Центр изучения танца имени Александры и Раймонда Дункан).

- Греция
- Россия
- США

Александра Дункан родилась

- 27 мая 1877 года
- 5 июня 1987 года
- 6 сентября 2000 года

В чем танцевала Александра Дункан

- Балетом в греческом стиле
- На улицах и балетной сцене
- В корсетах и дансах

В какой стране Дункан инициировала строительство храма на холме Коланос для проведения танцевальных заметей (сейчас – Центр изучения танца имени Александры и Раймонда Дункан).

- Греция
- Россия
- США

В какой стране Дункан инициировала строительство храма на холме Коланос для проведения танцевальных заметей (сейчас – Центр изучения танца имени Александры и Раймонда Дункан).

- Греция
- Россия
- США

Почему Александры Дункан в развитии contemporary поучаствовали такие известные танцевальщицы

- Марта Грам
- Марси Рашберг
- Рубиней Нунес

Какие условия contemporary, которое установила сама Александра Дункан

- Танцевать босиком
- Танцевать в балетках
- Танцевать в дансовом платье

Главное в contemporary

- Индивидуальность
- Танцевать под музыку
- Комбинация танца
- Танцевать босиком

Отправить

Создать форму