

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы. Программа направлена на обучение детей основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой хореографии. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Отличительные особенности программы

Опираясь на такие виды искусства, как музыка и хореография, занятия танцами содействуют развитию музыкальных и танцевальных способностей обучающихся, формированию их художественного вкуса, выражению через музыку и танец своего творческого начала. Занятие хореографией способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создаёт у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на организме в целом. Под влиянием музыкально-ритмической деятельности развиваются положительные качества личности ребёнка: дети ставят в такие условия, когда они должны проявлять активность, инициативу, находчивость, решительность. Обучающиеся встречаются с богатым разнообразием музыки, радуются тому, что могут движением передать своё отношение к музыкальному образу, т.е. можно говорить о становлении творческого воображения. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, танцы, игры воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представления о жизни и труде взрослых, различных явлений природы. Танцы являются дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, положительных эмоций, повышение работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру

хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический танец.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Адресат программы. Данная программа предназначена для обучающихся в хореографическом объединении «Ассоль» Центра развития творчества детей и юношества и рассчитана на детей 7-17-летнего возраста.

Срок реализации программы - 5 лет.

Возрастные особенности учащихся

Младший школьный возраст

К концу дошкольного периода формируется ряд новых психических образований:

1. Стремление к общественно значимой деятельности.
2. Способность управлять своим поведением.
3. Умение делать простые обобщения.
4. Практическое овладение речью.
5. Умение налаживать взаимосвязи и сотрудничество с другими людьми.

В биологическом отношении у младших школьников, по сравнению с предыдущим возрастом, замедляется рост и заметно увеличивается вес; скелет подвергается окостенению, но этот процесс еще не завершается. Идет интенсивное развитие мышечной системы. С развитием мелких мышц кисти появляется способность выполнять тонкие движения, благодаря чему ребенок овладевает навыком быстрого письма. Значительно увеличивается сила мышц. Все ткани детского организма находятся в состоянии роста.

В младшем школьном возрасте совершенствуется нервная система, интенсивно развиваются функции больших полушарий головного мозга, усиливаются аналитическая и синтетическая функции коры. Вес мозга в младшем школьном возрасте почти достигает веса мозга взрослого человека и увеличивается в среднем до 1400 граммов. Быстро развивается психика ребенка. Изменяется взаимоотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится более сильным, но по-прежнему преобладает процесс возбуждения – младшие школьники в высокой степени возбудимы. Повышается точность работы органов чувств.

В развитии наблюдается дисгармония в физическом и нервно-психическом развитии ребенка, что сказывается на временном ослаблении нервной системы. Появляется повышенная утомляемость, беспокойство, повышенная потребность в движении.

В младшем школьном возрасте продолжается интенсивный процесс развития двигательных функций ребенка. Наиболее важный прирост по многим показателям моторного развития (мышечной выносливости, пространственной ориентации движений, зрительно-двигательной координации) отмечается именно в возрасте 7-11 лет. В этот период наблюдается ярко выраженный психомоторный прогресс. Обеспечивается прогрессивное развитие точных и силовых движений, а также создает необходимые условия для освоения все большего числа двигательных навыков и предметных ручных манипуляций. По

этой же причине у детей заметно возрастает ловкость в метании, лазании, легкоатлетических и спортивных движениях.

В этот период развития двигательные функции получают весьма значительное развитие, особенно существенно совершенствуется координация движений, чему способствуют занятия физической культурой, различными видами спорта.

Средний школьный возраст

Средний школьный возраст (от 11-12-ти до 15-ти лет) — переходный от детства к юности. Он совпадает с обучением в школе (5-9 классы) и характеризуется глубокой перестройкой всего организма.

Характерная особенность подросткового возраста — половое созревание организма. У девочек оно начинается практически с одиннадцати лет, у мальчиков — несколько позже. Половое созревание вносит серьезные изменения в жизнь ребенка, нарушает внутреннее равновесие, вносит новые переживания, влияет на взаимоотношения мальчиков и девочек.

Стоит обратить внимание на такую психологическую особенность данного возраста, как избирательность внимания. Быстрая переключаемость внимания не дает возможности сосредотачиваться долго на одном и том же деле. Однако если создаются трудно преодолеваемые и нестандартные ситуации ребята занимаются работой с удовольствием и длительное время. Дети в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю.

Средний школьный возраст - самый благоприятный для творческого развития. Особое значение для подростка в этом возрасте имеет возможность самовыражения и самореализации.

Старшие подростки. Старшеклассники

Ведущей деятельностью старшеклассников является учебно-профессиональная деятельность. Личностное новообразование — это чувство одиночества, первое глубокое чувство, открытие своего внутреннего мира. Происходит существенное изменение самосознания — повышается значимость собственных ценностей, частные самооценки собственных качеств личности перерастают в целостное отношение к себе.

Уровень тревожности старшеклассников гораздо ниже, чем у подростков. Доверительность становится качеством общения с взрослыми, чувство дружбы - более избирательным. Характерной чертой нравственного развития в этом возрасте является усиление сознательных мотивов поведения. Развиваются и укрепляются качества: целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива, умение владеть собой.

В этом возрасте молодые люди испытывают интерес к «вечным» проблемам: смыслу жизни, свободе личности, поиску истины. Решая этические проблемы, молодежь вынуждена решать многие непростые вопросы, которые могут быть связаны с сильными переживаниями: интимные отношения, неформальные молодежные организации, поиск истины в различных сектах, уход в религию, уход в свой мир с помощью наркотиков. Организуя просвещение учащихся по этическим проблемам, надо помнить, что основной смысл этого - формирование у старшеклассников понимания последствий их

поисков для себя и других людей, последствий принятия ими самостоятельных решений. Подтверждением этого служат слова К. Д. Ушинского: «В огне, оживляющем юность, отливается характер человека. Вот почему не следует ни тушить огня этого, ни бояться его, ни смотреть на него как на нечто опасное для общества, не стеснять его свободного горения, а только заботиться о том, чтобы материал, который в это время вливается душу юности, был хорошего качества».

Уровень, объём и срок освоения программы. Программа имеет базовый и продвинутой уровни.

1 этап – накопление базовых знаний и навыков.

Срок реализации – 2 года (1, 2 годы обучения)

2 этап – применение накопленных знаний в рамках занятия и концертно-сценических мероприятий.

Срок реализации – 2 года (3,4 годы обучения)

3 этап – совершенствование исполнительского стиля.

Срок реализации – 1 год (5 год обучения).

1 этап обучения – 1, 2 годы обучения (дети 7-10 лет) включает занятия по предмету «Гимнастика. Ритмика. Танец». Срок освоения – 2 года. Цель занятий гимнастикой состоит в том, чтобы постепенно привести организм обучающегося к таким изменениям, которые делают его способным к значительным физическим напряжениям. Исходя из анатомо-физиологических особенностей детей младшего школьного возраста, подобраны такие упражнения, которые целенаправленны по воздействию и призваны развить организм, укрепить его, усовершенствовать, оздоровить. Занятия по ритмике способствуют развитию общей музыкальности и чувства ритма и, что особенно важно для детей младшего возраста, координации движений и переключению ребенка на активные виды деятельности, снятию утомления от неподвижного сидения, психологическому раскрепощению ребёнка, формированию уверенности в своих силах. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Занятия танцем формирует правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Используемый музыкальный материал (произведения популярной инструментальной и симфонической музыки) подбирается с учетом возрастных особенностей детей. Работа по программе направлена на развитие мышечной памяти, необходимой для занятий хореографией, эмоциональной сферы и творческого воображения ребенка; к формированию у него "непреодолимого желания выразить себя" (Э.Жак-Далькроз).

2 этап обучения – 3, 4, годы обучения (дети 11-15 лет) включает занятия по предметам – «Классический танец. Историко-бытовой и народно-сценический танец». На 2 этапе обучения увеличивается уровень предъявляемых требований, а также большее внимание уделяется индивидуально-личностному развитию обучающихся.

3 этап обучения – 5 год обучения (дети 16-17 лет) включает занятия по предметам – «Классический танец. Историко-бытовой и народно-сценический

танец». Срок освоения – 1 год. На 3 этапе обучения основной упор делается на повышение профессионального мастерства и творческого самовыражения.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательных отношений

В объединение принимаются все желающие. Группы комплектуются в начале учебного года по возрасту и по способностям. Состав групп постоянный. В хореографический коллектив «Ассоль» зачисляются дети, не имеющие медицинских противопоказаний.

Основанием для перевода на следующую ступень обучения является желание ребёнка и выполнение программы предыдущего года обучения.

Основами хореографии все дети группы занимаются одновременно, благодаря чему повышается плотность занятия и физиологическая нагрузка на организм ребёнка.

Программой так же предусмотрены занятия по подгруппам и индивидуально (при постановке сольных танцев).

Возрастной и количественный состав групп, количество и продолжительность учебных занятий в неделю.

Год обучения	Возраст детей	Количество групп и детей в группе	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия	Кол-во часов в неделю	Всего часов в год
1 г.о.	7-8	1-15	2	2	4	144
2 г.о.	9-10	1-12	3	2	6	216
3 г.о.	11-13	1-12	3	2	6	216
4 г.о.	14-15	1-10	4	2	8	288
5 г.о.	16-17	1-10	4	2	8	288

1.2 Цель и задачи программы

Цель: создание условий для развития творческих способностей детей средствами хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, историко-бытовой танец;
- обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник;

Воспитательные:

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;

-способствовать формированию творческой личности.

Развивающие:

- развитие координации;
- ловкости;
- силы, выносливости;
- гибкости;
- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

1.3 Содержание программы

*Учебный план 1 года обучения
«Гимнастика. Ритмика. Танец»*

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ.	2	2	–	входной мониторинг
2	Гимнастика. Элементы партерной гимнастики	30	6	24	наблюдение
3	Упражнения для отдельных групп мышц и подвижности суставов	16	4	12	наблюдение
4	Ритмика. Музыкально-ритмические игры	44	8	36	наблюдение
5	Танец. Ориентационно-пространственные упражнения	26	4	22	наблюдение
6	Танцевальные элементы	24	6	18	наблюдение
7	Итоговое занятие	2	-	2	открытое занятие
	Итого часов:	144	30	114	

*Учебный план 2 года обучения
«Гимнастика. Ритмика. Танец»*

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ.	2	2	–	входной мониторинг
2	Гимнастика. Элементы партерной гимнастики	42	8	34	наблюдение
3	Упражнения для отдельных групп мышц и подвижности суставов	30	6	24	наблюдение

4	Ритмика. Музыкально-ритмические игры	64	6	58	наблюдение
5	Танец. Ориентационно-пространственные упражнения	40	4	36	наблюдение
6	Танцевальные элементы	36	6	30	наблюдение
7	Итоговое занятие	2	-	2	открытое занятие
	Итого часов:	216	32	184	

*Учебный план 3 года обучения
«Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец»*

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ.	2	2	–	входной мониторинг
2	Классический танец	42	2	40	наблюдение, контрольное занятие
3	Историко-бытовой танец	32	4	28	наблюдение
4	Народно-сценический танец	40	2	38	наблюдение, открытое занятие
5	Постановка и отработка танцев	62	8	54	наблюдение
6	Танцевальные импровизации	32	6	26	творческое задание
7	Концертная деятельность	4	-	4	концерты, конкурсы
8	Итоговое занятие	2	-	2	отчётный концерт
	Итого часов:	216	24	192	

*Учебный план(4 год обучения)
«Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец»*

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ.	2	2	–	входной мониторинг
2	Классический танец	60	8	52	открытое занятие
3	Историко-бытовой танец	56	6	50	тест
4	Народно-сценический танец	60	8	52	зачёт
5	Постановка и отработка танцев	86	8	78	наблюдение

6	Интегрированные технологии:				
	1. Изучение основ музыкальной грамоты	2	2	-	тест
	2. Изучение основ актерского мастерства	2	2	-	
	3. Изучение основ правильного дыхания	2	2	-	
4. Ознакомление с анатомическим строением тела	2	2	-		
7	Концертная деятельность	16	-	16	концерты, конкурсы
Итого часов:		288	40	248	

Учебный план 5 года обучения

«Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец»

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ.	2	2	-	входной мониторинг
2	Классический танец	60	8	52	открытое занятие
3	Историко-бытовой танец	56	6	50	контрольная работа
4	Народно-сценический танец	60	8	52	зачёт
5	Постановка и отработка танцев	82	8	74	наблюдение
6	Интегрированные технологии:				зачёт
	1. Изучение основ музыкальной грамоты	2	2	-	
	2. Изучение основ актерского мастерства	2	2	-	
	3. Изучение основ правильного дыхания	1	1	-	
	4. Ознакомление с анатомическим строением тела	1	1	-	
	5. Основы самомассажа	2	2	-	
7	Концертная деятельность	20	-	20	концерты, конкурсы
Итого часов:		288	40	248	

Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с учащимися. Составление расписания занятий. Беседа о форме одежды для занятий, внешнем виде.

Вводный инструктаж по ТБ: правила поведения во время занятий, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, теракты, ЧС.

Раздел 2. Гимнастика. Элементы партерной гимнастики.

Теория: основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания;
- выработка навыков высокой культуры движений.

Практика: 1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «День — ночь», «Змейка», «Рыбка».

2. Упражнения, развивающие подъем стопы: вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой.

3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника: «лодочка», «складочка», «колечко».

4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса: «ступеньки», «ножницы».

5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава: «Неваляшка», «Passe' с разворотом колена»

6. Упражнения, развивающие выворотность ног: «Звездочка», «Лягушка»

7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага: «Боковая растяжка», «Растяжка с наклоном вперед», «Часы»

Раздел 3. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

Теория: методика выполнения упражнений для развития шеи и плечевого пояса, упражнений на развитие поясничного пояса, упражнений на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.

Практика: 1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.

2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперед на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед;

- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны-вверх-в стороны, вперёд-вверх-назад;
- вращения кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперёд.

4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- полуприседания;
- отведение ноги в сторону на носок, на каблук;
- отведение ноги вперёд на носок, на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

Раздел 4. Ритмика. Музыкально-ритмические игры.

Теория: Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

Практика:

- Упражнения, игры и метр:
 - Сильные доли и такт: здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).
 - Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер: здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.
- ### 2. Упражнения, игры и фразировка.
- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
 - Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
 - Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

Содержание учебного плана 2 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Уточнение списка детей. Знакомство с новыми воспитанниками. Составление расписания занятий. Беседа о форме одежды для занятий, внешнем виде. Вводный инструктаж по ТБ: правила поведения во время занятий, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, теракты, ЧС.

Раздел 2. Гимнастика. Элементы партерной гимнастики.

Теория: партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису. Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения.

Практика: повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш». Упражнения, развивающие подъем стопы: разворот стопы из VI позиции в I позицию. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик». Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса: «Плуг» «Уголок». Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов: «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена». Упражнения, развивающие выворотность ног: «Лягушка», во всех положениях «Солнышко». Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага. «Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный

Раздел 3. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

Теория: методика выполнения упражнений для развития шеи и плечевого пояса, упражнений на развитие поясничного пояса, упражнений на развитие силы мышц и подвижности суставов ног в ускоренном темпе.

Практика: Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый годом обучения) музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.

Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренном темпе:

- разведение рук в стороны;
- подъёмы рук вперёд на высоту 90°
- отведение рук назад;
- подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;

- сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд– вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Упражнения на развитие поясничного пояса

- перегибы корпуса назад;
- повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
- круговые движения корпуса.

Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
- отведение ноги назад на носок с полуприседанием;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук;
- каблук – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием;
- назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием;
- прыжки на одной ноге (не более 4-х раз);
- прыжки на двух ногах с переменной позиций (напр. чередование VI и II позиций);
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на каблук;
- подъёмы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной;
- поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой;
- бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

Раздел 4. Ритмика. Музыкально-ритмические игры.

Теория: Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.

Маршевая и танцевальная музыка. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

Практика: Упражнения, игры и метр. Сильные доли и такт: здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки. Упражнения, игры и фразировка:

- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. соотношение характеров музыки и движения: размеры 2\4, 3\4, 4\4).
- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).
- Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).
- Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).

Упражнения, игры и темп:

- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы;
- Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки;
- Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением;
- Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе;

Упражнения, игры и динамика. Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением. Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением.

Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

Раздел 5. Танец. Ориентационно – пространственные упражнения.

Теория: музыкально-хореографическая, образная выразительность.

Практика: изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур:

- линейных — плоскостных (шеренга, колонна),
- объемных (круг, «цепочка»).

Повторение материала 1 года обучения; изучение многоплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных):
- 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке»);
- 2 вертикальные колонны;
- 2 горизонтальные колонны;
- объемных: 2 круга; «круг в круге»; 2 «цепочки».

Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые:

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| - из линейных в линейные: | - из колонны в 2 колонны; |
| - из шеренги в 2 шеренги; | - из линейных в объемные: |
| - из шеренги в 2 колонны; | - из шеренги в 2 круга; |
| - из колонны в 2 шеренги; | - из колонны в 2 круга; |

- из шеренги в 2-е «цепочки»;
 - из колонны в 2-е «цепочки» и т.д.
- Изучение приёмов перестроения из многоплановых рисунков и фигур в одноплановые – выполнение заданий в обратном порядке. Изучение приёмов построения из многоплановых рисунков и фигур в многоплановые рисунки:
- из линейных в линейные:
- из 2 шеренг в 2 горизонтальные колонны;
 - из 2 шеренг в 2 вертикальные колонны;
 - из 2 шеренг в 2 диагональные колонны.
- из объёмных в объёмные:
- из 2-х кругов в 2-е «плетня»;
 - из 2-х «плетней» в 2-а круга и т.д.
- из линейных в объёмные:
- из 2-х колонн горизонтальных в 2-а круга;
 - из 2-х шеренг горизонтальных в 2-а круга и т.д.
- из объёмных в линейные:
- из 2-х «плетней» в 2-е горизонтальных колонны;
 - из 2-х кругов в 2-е горизонтальных шеренги и т.д.
- Повторение различного вида шагов. Изучение шагов на полупальцах с руками, находящимися во II позиции.

Раздел 6. Танцевальные элементы

Теория: танцевальные шаги и ходы. Методика исполнения.

Практика: скользящий шаг (pas glisse'). Па польки вперед и боковое. Pas chasse' вперед, назад. Русский переменный ход. Русский дробный ход (по 1/8). Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4. В ритме полонеза. В ритме польки. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

Раздел 7. Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей в конце года.

Содержание учебного плана 3 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Уточнение списка учащихся. Составление расписания занятий. Беседа о форме одежды для занятий, внешнем виде. Вводный инструктаж по ТБ: правила поведения во время занятий, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, теракты, ЧС.

Раздел 2. Классический танец

Теория: правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

Практика: 1. Экзерсис у станка. Постановка корпуса (в выворотных позициях). Позиции ног: I, III, II, V. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку. Разучивание элементов классического танца у станка. Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение. Battements tendus. Изучается лицом к станку из I

позиции «крестом». Музыкальный размер $2/4$ – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта). *Battements tendus* с *demi-pliés*. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер $2/4$ – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта). 2.4.4. *Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans* (почетвертикруга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере $4/4$ – 1 такт, а при музыкальном размере $3/4$ – 4 такта. 2.4.5. *Battement passé par terre*. Изучается из I позиции. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт. 2.4.6. Подготовительное *port de bras*. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение, затем 1. Положения ноги *sur les cou-de-piéd* – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с *battements tendus* в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере $3/4$. *Battements frappés*. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт. *Battements relevés lents* на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$.

2. Экзерсис на середине зала. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях). Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку. Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. Разучивание элементов классического танца на середине зала. Повторение элементов темы 2.

3. *Allegro*. *Temps levés sautés* в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки. «Разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, затем, на середине зала.

Раздел 3. Историко-бытовой танец

Теория: Особенности танцев XVIII века. Влияние на манеру исполнения этих танцев быта, костюмов и причесок.

Практика: Экзерсис на середине зала. Танцы XVIII века. Поклоны и реверанс (шаг с приставкой и наклоном головы: на *pliés* – для девочек, без *pliés* – для мальчиков). Простейшие формы *pas chassé*. Галоп по VI и по III свободной позициям. *Pas de grasse*.

Раздел 4. Народно-сценический танец

Теория: Народный танец как вид хореографического искусства.

Практика: Экзерсис на середине зала. Русский танец. Основные позиции ног,

рук, корпуса, головы. Позиции ног выворотные (только для экзерсиса), свободные, прямые (параллельные), обратные (закрытые). Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на пояснице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки. Основной шаг – с продвижением назад. Основной шаг с притопом – с продвижением назад. Основной шаг с проскальзывающим притопом. Шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперед. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперед. Перекрещивающийся шаг с продвижением вперед. Бег, подскоки, галоп. Бег назад с выбрасыванием вытянутых в коленях ног вперед (на носок и на ребро каблука). Скользящие подскоки по VI (I прямой) позиции на полуприседании. «Гармошка», «ёлочка». «Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом. Дробные выстукивания. Удары полупальцами. Двойные притопы. Хлопки – одинарные прямые (фиксированные) – спереди, сзади, сбоку. Присядки, прыжки и трюки. «Мячик» на полуприседании. «Разножка» в стороны на каблуки («одноимённая» разножка»). Малые прыжки на двух ногах – с вытянутыми ногами. Белорусский танец. Бег, присюды, положения рук.

Раздел 5. Постановка и отработка танцев.

Теория: Подбор музыкального материала. Обсуждение новых номеров. Составление танцевальных композиций.

Практика: Работа над ошибками. Работа над эмоциональностью и выразительностью хореографических этюдов. Работа над техникой и музыкальностью исполнения хореографических номеров.

Раздел 6. Танцевальные импровизации.

Теория: импровизация как метод творчества, предполагающий создание произведений в процессе свободного фантазирования, экспромтом.

Практика: Этюды: «Воздушные шары», «Море волнуется». Музыкально-танцевальные игры: «Окошечки», «Кот и мыши».

Раздел 7. Концертная деятельность. Участие в массовых мероприятиях ЦРТДЮ, МСОШ № 10.

Раздел 8. Итоговое занятие. Отчетный концерт для родителей.

Содержание учебного плана 4 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Уточнение списка учащихся. Составление расписания занятий. Беседа о форме одежды для занятий, внешнем виде. Вводный инструктаж по ТБ: правила поведения во время занятий, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, теракты, ЧС.

Раздел 2. Классический танец

Теория: Становление русской школы классического танца. Отличительные черты русского классического балета и его школы (содержательность, многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца, осмысленность и выразительность исполнительской техники, не смотря на высокую техничность исполнения, воспитание

исполнителей-индивидуумов, педагогов, балетмейстеров).

Практика: Экзерсис у станка. Подготовительные движения рук(и) – *préparations*. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

3. Координация ног, рук и головы в движении – *temps relevé par terre*.

4. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Разучивание элементов классического танца у станка. В ускоренном темпе повторяются упражнения 3-го года обучения, держась за станок одной рукой и усложняются за счет увеличения темпа и добавления V позиции. Дополнительно изучается: положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (*cou de pied*), икры и колена.

- *Demi-pliés* в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Battements tendus* из V позиции. Изучается вначале в сторону, вперед, в конце года – назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение (по мере усвоения – 1 такт).

- *Battements tendus* с *demi-pliés* из V позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans* (по четверти круга) с I позиции – с *préparation* и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans* с I позиции – с *préparation* и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- *Battements tendus jetés*. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- *Battements frappés* в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

- *Battements tendus pour les pieds* или *battements doubles tendus* или *battements tendus* снажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на *demi-pliés*.

- *Relevés* (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с *demi-pliés*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

- *Battements fondus*. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, при музыкальном размере 2/4 и 3/4 – 2 такта.

- *Battements relevés lents* на 45° из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, позднее вперед и назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на

каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.- Grands pliés. Изучается в I, II позициях (лицом к станку). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

-Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения,

- Battements retirés «до колена». Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- 1-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

Экзерсис на середине зала.

- Подготовительные движения рук(и) – préparations.

- Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

- Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

- Повторяются упражнения, разученные на 3-ем году обучения.

Дополнительно изучается понятие:

- épaulement .

- Épaulemént croisé (с ногой на полу)

- épaulemént éffacé (с ногой на полу)

Allegro .

Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Temps levé sauté. Изучается по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

Pas écharré. Изучается из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.

Раздел 3. Историко-бытовой танец

Теория: Особенности танцев XIX века. Музыка, стиль, манера, костюмы, прически.

Практика: Экзерсис на середине зала. Танцы XIX века. Исполнение простейших композиций на основе элементов историко-бытовых танцев, пройденных на первом году обучения. Изучение элементов танцев XIX века:

- положений рук, корпуса и головы;

движений: pas de basque (сценический); pas glissé; pas chassé (усложнение форм, изученных в классе).

Разучивание танцев XIX века: полонез; экосез.

Раздел 4. Народно-сценический танец

Теория: Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

Практика: Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Русский танец. Закрепление материала, изученного в период 3 года обучения. Усложнение

пройденных элементов. Бег, подскоки, галоп, полька. Подскоки по VI (I прямой) позиции – на месте и с продвижением Подготовка к польке по III позиции. «Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки». «Припляс» (pas de basque) как разновидность припадания (из стороны в сторону). «Маятник» (перескоки с ноги на ногу по VI позиции) на месте. Подготовка к «верёвочке». Изучаются танцы народов Прибалтики и Белоруссии, Украины, Молдавии, России, танцы восточной группы.

Раздел 5. Постановка и отработка танцев

Теория: 1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Практика: Экзерсис на середине зала.

1. Создание сценического образа.
2. Изучение танцевальных движений.
3. Соединение движений в танцевальные комбинации.
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.
5. Отработка элементов.
6. Работа над музыкальностью.
7. Развитие пластичности.
8. Работа над техникой исполнения.
9. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.
10. Синхронность, выразительность и эмоциональность исполнения.

Раздел 6. Интегрированные технологии

Теория: 1. Изучение основ музыкальной грамоты.

2. Изучение основ актерского мастерства.

3. Изучение основ правильного дыхания.

4. Ознакомление с анатомическим строением тела.

Раздел 7. Концерты. Конкурсы

Практика: Участие в концертах и конкурсах городского и областного уровней.

Содержание учебного плана 5 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Уточнение списка учащихся. Составление расписания занятий. Беседа о форме одежды для занятий, внешнем виде. Вводный инструктаж по ТБ: правила поведения во время занятий, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, теракты, ЧС.

Раздел 2. Классический танец

Теория: Освоение методики изучения новых движений классического танца. Сохранение активного поворота головы в экзерсисе. Роль элементарного adagio в уроке.

Практика: Экзерсис у станка. Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног. Комбинирование элементов движений, освоенных на 3-4 годах обучения. Разучивание элементов классического танца у станка.

- Demi-pliés в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- Petits battements sur le cou-de-pieds. Изучается сначала с равномерным переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере

усвоения – 1 такт.

-Battements doubles frappés. Изучается в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

- Doubles battements fondus. Изучается на всей стопе в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер $2/4$ или $3/4$ – 4 такта на каждое движение.

- Battements relevés lents на 90° из V позиции. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$.

- Battements tendus с demi-pliés во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

- Rond de jambe par terre en dehors на demi-plié. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$.

-Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта, 1 такт

- Rond de jambe en l'air – круг ногой в воздухе. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

- Battements développés. Изучается в сторону и вперёд. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$.

- Battements tendus из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$.

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение.

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $3/4$ – 2 такта, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements tendus jetés с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$.

- Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такт на каждое движение.

- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements tendus jetés ríqués с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$.

- Grands pliés в I, II, V позициях (боком к станку). Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$ по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

-Pas tombé. Изучается на месте (работающая нога в положении sur le cou-de-pieds). Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas couré. Изучается сначала с шагом на всю стопу, затем – на полупальцы. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1

такт.

- *Pas de bourrée simple*. Изучается как с переменной ног, так и без перемены ног (по выбору педагога-хореографа). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- 3-е *port de bras*. *Port de bras* изучается в учебной форме и в сочетании с различными упражнениями (во 2-ом полугодии, например, в заключении *rond de jambe par terre*). Музыкальный размер 4/4 – 4 такта на каждое движение или 16 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 2 такта или 8 тактов.

Экзерсис на середине зала. Освоение методики изучения и исполнения полуповоротов, поворотов. Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка. Ускорения темпа исполнения танцевальных движений. Разучивание элементов классического танца на середине зала. Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период IV и V годов обучения. Дополнительное изучение новых элементов классического танца, представленных ниже.

- Позы *croisée, éffacée, écartée* вперед и назад носком в пол – с руками в больших и маленьких позах.

- *Port de bras*: 2-е, 3-е.

- 1, 2, 3 *arabesques* носком в пол.

- *Temps lié par terre*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на движение вперед и 2 такта на движение в сторону. Или, соответственно, 8 и 8 тактов – при музыкальном размере 4/4. По мере усвоения, чаще всего во 2-м полугодии, 1 такт и 1 такт (при музыкальном размере 4/4) и 4 такта и 4 такта (при музыкальном размере 3/4).

- *Demi-pliés* в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение.

- *Battements tendus* в позах *croisée, éffacée, 1, 2, 3 arabesques*.

- *Battements tendus* с *demi-pliés* во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Battementstendusjetés* в позах *croisée, éffacée, 1, 2, 3 arabesques*.

- *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans* на *demi-plié*. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- *Battements fondus* в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.

- *Battements fondus* в позах *croisée, éffacée, 1, 2, 3 arabesques*.

- *Battements frappés* в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Battementsfrappés* в позах *croisée, éffacée, 1, 2, 3 arabesques*.

- *Battements relevés lents* на 45° и на 90° (по усмотрению педагога-хореографа) во всех направлениях и в позах *croisée, éffacée* – во втором полугодии.

- *Grands battements jetés* из I и V позиций в сторону, вперед, назад.

Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта, 1 такт.

- Grands battements jetés в больших позах *croisée*, *éffacée*, 1, 2, 3 *arabesques*.

- Rond de jambe en l'air. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

- Grands pliés в V позиции. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$ по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Battements développés в сторону, вперед. Музыкальный размер $4/4$ – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере $3/4$.

- Battements tendus из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$.

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение.

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением. Музыкальный размер $3/4$ – 2 такта, по мере усвоения – 1 такт. ---

Battements tendus jetés с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$ такт.

- Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение.

- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements tendus jetés riqués с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Подготовительное упражнение для rond de jambe en l'air. Музыкальный размер $2/4$ – 4 такта на каждое движение.

- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés с затактовым построением. Музыкальный размер $2/4$ – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – $1/4$.

- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas coupé на всю стопу и на полупальцы. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas de bourrée simple – с переменной ног. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

- Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах без перемены ног, начиная с вытянутых ног и с demi-plié. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

Allegro

Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних прыжках.

Changement de pied. Музыкальный размер $2/4$ – 2 такта на каждое движение.

Pas échappé во II позицию. Музыкальный размер $2/4$ – 4 такта на каждое

движение.

Раздел 3. Историко-бытовой танец

Теория: Танцы XVII-XIX веков. Факторы, влияющие на разницу стиля, характера танцевальных движений.

Практика: Экзерсис на середине зала. Исполнение простейших композиций на основе элементов историко-бытовых танцев, изученных в период 4 года обучения. Изучение нового материала. Pas chassé (5 форм). Pas élevé. Pas польки – соло и в парах. Композиции из пройденных элементов.

Раздел 4. Народно-сценический танец.

Теория: Экзерсис у станка и его предназначение: общее развитие организма детей, развитие подвижности в суставах, укрепление связок. Повышение техники танца. Подготовка к восприятию движений на середине зала. Развитие выразительности и танцевальности.

Практика: Экзерсис на середине зала. Повторение и закрепление танцев народов Прибалтики и Белоруссии, Украины, Молдавии, России, танцев восточной группы. Положение рук в групповых танцах и фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны на месте и с продвижением вперед и назад. «Припадания», «подбивки», дробные выстукивания, присядки, прыжки, трюки. «Припадания», «подбивки». «Припадание» по III позиции (на месте, с продвижением в сторону вперед). Балансе (balancé) как разновидность припадания (вперед – назад). «Подбивка» вытянутой в колене и подъеме работающей ноги – с продвижением в сторону и вперед. «Ковырялочка» с подскоком – с паузой и без неё. «Ковырялочка» с различными окончаниями. сочетании с балансе (balancé) вперед и назад, с «приплясом» (pas de basque), с «маятником», с «подбивкой», с «ковырялочкой. Дробные выстукивания. Притоп с подскоком. «Печатка» (одновременный притоп двумя ногами) в координации с руками, корпусом, головой. Тройные притопы («семейная дробь», калужские выстукивания...). Двойная дробь с подскоком. Двойная дробь с подскоком и двумя переступаниями. Дробь «в три ножки» («трилистник»). Дробь «в три ножки» с двумя переступаниями. Дробь «хромого» (трёхдольная). «Голубец» с двумя переступаниями на полупальцах на месте. «Ключ» одинарный. Присядки, прыжки и трюки. Изучаются итальянский, испанский, цыганский танцы.

Раздел 5. Постановка и отработка танцев.

Теория: 1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Практика: Экзерсис на середине зала.

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения

10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

11. Выразительность и эмоциональность исполнения

Раздел 6. Интегрированные технологии.

Теория: 1. Изучение основ музыкальной грамоты

2. Изучение основ актерского мастерства

3. Изучение основ правильного дыхания

4. Ознакомление с анатомическим строением тела

5. Основы самомассажа

Раздел 7. Концерты. Конкурсы.

Практика: Участие в концертах и конкурсах различных уровней.

1.4 Планируемые результаты

К концу 1 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- музыкальную грамоту;
- знать простейшие хореографические термины;
- знать изученные движения.

Уметь:

- вести себя в группе во время занятий;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- фантазировать;
- уметь запоминать несложные танцевальные комбинации и композиции.

К концу 2 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- жанр музыкального произведения, выразить это в соответствующих движениях;
- позиции ног: VI, II, III;
- название движений, разученных ранее.

Уметь:

- пользоваться танцевальными и пластическими образами;
- выразительно, легко и точно исполнять движения под музыку;
- импровизировать, используя оригинальные и разнообразные движения;
- ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и т. д.);
- выражать свои эмоции в мимике и пантомиме (радость, грусть)
- справляться с усложнёнными заданиями (увеличение объёма движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетания упражнений);
- исполнить веселую польку, построенную на подскоках, и па польки.
- исполнить знакомые движения в игровых ситуациях;
- сопереживать, сочувствовать другим людям и животным.

К концу 3 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- позиции рук и ног классического танца;

- правила постановки ног у станка;
- положение ноги sur les cou-de-piéd ,– «условное», «обхватное»;
- простейшие формы pas chassé;
- правила исполнения движений народно-сценического танца;
- подготовительное движение рук, уметь правильно открывать и закрывать руку на талию;
- следующие движения: «гармошка», «ёлочка», «моталочка».

Уметь:

- правильно исполнить два подготовительных пор де бра;
- исполнить танец в характере 18 века;
- исполнять галоп по VI и по III свободной позициям;
- исполнять элементарные ходы и проходки.

К концу 4 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- темповые обозначения и слышать темпы: адажио – медленно; виво – живо; ленто – протяжно; ларго – широко; анданте – не спеша; аллегро – скоро; бодро – применительно к движениям;
- рисунок положений и уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца;
- особенности танцев XIX века;
- анатомию и физиологию своего тела.

Уметь:

- исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность ног, владеть движениями стопы;
- правильно исполнить экзерсис у станка;
- исполнять движения в характере музыки – четко, сильно, медленно, плавно;
- исполнять полонез, экосез.

К концу 5 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- терминологию, используемую на занятии;
- структуру и основные части занятия;
- последовательность изучаемых элементов занятия;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением;
- терминологию классического, народно-сценического, историко-бытового танца, метроритмические раскладки исполнения движения, особенности и традиции изучаемых народностей.

Уметь:

- исполнять движения в технике танцевального направления;
- выразить образ с помощью движений;
- уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1 Условия реализации программы

Техническое оснащение: для занятий хореографией необходим зал. На одной из стен зала устанавливаются зеркала; балетная перекладина. Необходима специальная форма одежды и обувь, коврики для занятий ритмикой, музыкальная аппаратура (музыкальный центр, телевизор, видеокамера, цифровой фотоаппарат).

Методический материал: CD диски («Танцы народов мира», «Приглашение к танцу», «Весёлая дискотека», «Ритмика», «Вальсы, марши», «Классическая музыка»), DVD диски с методическим и музыкальным материалом по программе, методические сборники. Практическая реализация программы возможна лишь при условии мотивированности учащихся к хореографической деятельности, одновременно в самой программе заключены средства формирования мотивации к занятиям художественной деятельностью. Изучение и диагностика мотивации осуществляется в ходе её формирования по специально разработанным анкетам (*приложение № 3*).

2.2 Формы промежуточной аттестации

Текущий контроль проводится в течение учебного года после закрепления нового материала по темам: проверка качества исполнения движений, умения пользоваться знакомыми па в танцах-импровизациях и т. д.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Для учащихся 1 этапа обучения основным методом промежуточной аттестации является метод наблюдения и открытые занятия для родителей.

Основными методами промежуточной аттестации на 2 и 3 этапе обучения являются: метод наблюдения; конкурсы; концертные выступления.

Итоговая аттестация - открытые занятия, отчётные концерты в конце года для родителей.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамоты, дипломы, фото (*приложение № 5*).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: концерты, конкурсы, открытые и контрольные занятия, творческое задание, тесты, зачёты.

2.3 Оценочные материалы

Чтобы наблюдать уровень развития детей проводится диагностика, которая позволяет глубже выявлять способности и возможности каждого ребенка и планировать индивидуальную работу. В процессе оценки используется трех бальная шкала: низкий, средний, высокий уровень (*приложение № 2*).

Используются критерии оценки уровня музыкального и психомоторного развития по методикам А. И. Бурениной, М.С. Боголюбской (*приложение № 1*). А так же тесты, контрольные работы, творческие задания, зачёты (*приложение № 4*).

2.4 Методические материалы

Методы обучения

1. *Метод показа.* Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом.

2. *Словесный метод.* Разговорная речь, будучи тесно связанной с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями помогает детям приобрести умение согласовывать движение с музыкой.

3. *Импровизационный метод.* Путем различных упражнений, этюдов, игр педагог может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

4. *Метод иллюстративной наглядности.* Рассказ о танцевальной культуре прошлых столетий, знакомство с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеofilmами.

5. *Формы организации образовательных отношений.* В работе с учащимися используется принцип воспитывающего обучения. В объединении постоянно проводится групповая (беседа, совместный досуг и развлечения с детьми) и индивидуальная (консультация, беседа) массовая воспитательная работа. Традиционными стали чаепития по окончании учебного года, празднование Нового года внутри коллектива.

Связи с родителями. Большое значение при организации работы придаётся включению родителей в ту атмосферу деловитости и серьёзности, создать которую считается необходимой в занятии искусством. Для того чтобы создать у родителей желаемый психологический настрой, вызвать у них нужное отношение и понимание целей занятий, родители приглашаются на концерты, открытые занятия. Проводятся беседы о том, что может дать ребёнку искусство танца, раскрытие значения объективного, беспристрастного подхода к своим детям, необходимости учёта их индивидуальных склонностей, способностей. Особенно подчёркивается роль прилежания; прилежный, работоспособный, даже менее одарённый ребёнок может достичь хороших результатов, если он находится в атмосфере доброжелательности, интереса и уважения к своим достижениям.

Педагогические технологии. Занятия проводятся со всей группой одновременно (технология группового обучения). Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление.

Алгоритм учебного занятия. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия.

Формы учебных занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;

- творческое занятие;
- постановочное занятие;
- занятие закрепления;
- открытое занятие.

Дидактические материалы:

- фотографии;
- литература по хореографии, ритмике, гимнастике, танцу;
- видео – аудиозаписи;
- словари терминов; коврики для занятий в партере; скакалки, мячи, обручи.

3. Список литературы

Литература для педагога

1. Базарова Н. П. Классический танец. – Л., 1984.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л., М., 1964.
3. Балет. Энциклопедия. – М.: Сов. Энциклопедия, 1981.
4. Боголюбская М. С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. – М., 1982.
5. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С-Петербург, 2000.
6. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных. – М.; Изд-во Эксмо, 2003.
7. Ваганова Л. Я. Основы классического танца. – М., 1964.
8. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. – М., 1968.
9. «Все об искусстве». М., АСТ «АСТРЕЛЬ» - 2003.
10. Габович М. Душой исполненный полет. – М., 1967.
11. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1980; Жизнь и творчество. – М., 1984.
12. Ивановский Н. П. Бальный танец 16-19 веков. Янтарный сказ. – 2004.
13. Ильина Г. А. Особенности музыкального ритма у детей. Вопросы психологии. – 1961. - № 1 – С. 119 – 132.
14. Кенеман А. Детские подвижные игры народов СССР. М. 1989.
15. Красовская В. Русский балетный театр начала 20 века. – Л., 1971.
16. Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980.
17. Прибылов И. Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов. – М., – 1984.
18. Слущкая С. Л. Танцевальная мозаика. Москва, ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.
19. Степанова Л. Бальные танцы. М., 1972.
20. Степанова Л. Танцы народов России. Репертуарный сборник № 14. – М., - 1973.
21. Ткаченко Т. Народные танцы. – М., - 1975.
22. Фомина Н. А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Москва, Издательский дом Российская Академия Образования, 2005.
23. Фёдорова Г. П. На золотом крыльце сидели. С-Петербург, «Детство-Пресс», 2000.
24. Фильденкрайз М. Осознание через движение. – 1994.
25. Школа танцев для детей. – СПб: «Ленинградское издательство», 2009.
26. Щербакова А. А. От музыки к движению. Москва, 2001.

Литература, рекомендуемая для чтения детям

1. Балет. Астрель. 2003.
2. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных. М.: Изд-во Эксмо, 2003.
3. Детская энциклопедия. Балет. М. Астрель АСТ. 2001.
4. Идом Х., Кэтрэк Н. Хочу танцевать. «Махаон», 1998.
5. Школа танцев для детей. – СПб: «Ленинградское издательство», 2009.

*Интернет-ресурсы:**Для педагога*

1. www.mastan.ru
2. <http://dancehelp.ru>
3. [http:// www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)
4. <http://musik-for-dance.ru>

Для детей

1. <http://ru.wikipedia.org/wiki/Циклопедия>

Оценочные материалы:

Критерии оценки

(с использованием методик А.И.Бурениной, М.С. Боголюбской):

Критерий	Высокий уровень (3 балла)	Средний уровень (2 балла)	Низкий уровень (1 балл)
1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.	Движения не совпадают с темпом, ритмом, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.
2. Эмоциональность - Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.	Дети эмоциональны, подпевают во время движений, мимика богата и выразительна.		Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.
3. Волевая сфера - Волевые качества, определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка и самообладание.	Ребенок преодолевает трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряется в непривычных сценических условиях, в момент прекращения музыкального сопровождения, смены направления, скорости, характера движений, смены партнеров.	Ребенок не всегда справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все (больше половины повторов).	Ребенок может пропустить половину повторов движений, жалуется на усталость (при хорошем состоянии здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения.

<p>4. Воображение и творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.</p>	<p>Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений.</p>	<p>Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений.</p>	<p>Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога.</p>
<p>5. Память - способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, двигательная.</p>	<p>Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.</p>	<p>Детям необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом.</p>	<p>Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.</p>
<p>6. Внимание – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами.</p>	<p>Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.</p>	<p>Ребенок выполняет композицию с некоторыми «помарками», иногда отвлекается, упускает “нить движения”, ему требуются подсказки.</p>	<p>Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.</p>
<p>7. Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры. В хореографии артистизм - это:</p> <ul style="list-style-type: none"> • способность к восприятию танцевальных композиций в целом; • способность воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы; • способность выразить пластикой движений 	<p>Исполняя танцевальный номер на сцене, дети ярко проявляют и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступают спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.</p>		<p>Дети исполняют танец скованно, робко, незэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), - что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе.</p>

настроения, заложенные в музыке.			
<p>8. Специальные хореографические данные - (Выводится средний балл по всем измерениям).</p> <p><i>Координация</i> (согласованность движений тела);</p> <p><i>Шаг</i> (При вертикальном положении корпуса);</p> <p><i>Прыжок</i> (Во время прыжка с натянутыми стопами);</p> <p><i>Подъем</i> (В положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол);</p> <p><i>Гибкость</i> (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад);</p> <p><i>Выворотность</i> (В положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены).</p>	<p>Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно.</p> <p>Нога свободно поднимается на любую высоту выше 90°</p> <p>Расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол 90° и больше.</p> <p>Колени свободно лежат на полу.</p>	<p>Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.</p> <p>Поднимание ноги на 90° свободно, без напряжения.</p> <p>Расстояние от пяток до пола не менее размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – не менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см</p>	<p>Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</p> <p>Поднимание ноги ниже 90°</p> <p>Расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом топы не вытягиваются во время прыжка.</p> <p>Расстояние от пятки до пола намного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу.</p>

Используя данные показатели, а также критерии эстетической воспитанности (эстетический вкус, эстетический кругозор, уровень развития восприятия и т. п.), которые формулирует педагог, исходя из своей программы эстетического воспитания детей, можно оценить эстетическую воспитанность школьников в области музыки и танца

**Диагностика уровня развития музыкальных
и двигательных способностей ребёнка.**

Средняя группа (3 год обучения)

№	Фамилия, имя ребёнка	Возраст	Музыкальность		Эмоциональная сфера		Внимание		Память		Пластичность, гибкость		Координация движений		Творческие проявления		Итоговый показатель		
			Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	
1	Малёваная Е.	10	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2С	2,2С
2	Урюпина А.	11	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2,2С	2,2С
3	Травкина А.	11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2С	2С
4	Голякова В.	11	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2,1С	2,7В
5	Сурмилина А.	10	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2,5В	2,7В
6	Тураева А.	10	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1,7Н	2,2С
7	Засорина А.	10	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2,7В	3В
8	Халистова А.	10	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2,7В	2,8В
9	Сабинина Е.	10	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2,1С	2,4С
10.	Архипова А.	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3В	3В
11.	Становкова М.	10	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2С	2,2С
12.	Павлова М.	10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2С	2С
13.	Архангельская В.	10	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1,2Н	1,8Н
14.	Палютина Д.	9	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2С	2,5В
15.	Зыкова В.	10	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2,2С	2,4С
16.	Береснева А.	9	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2,7В	3В
17.	Шаульская О.	9	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2,2С	2,8В
18.	Вишневская Н.	11	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2,2С	2,2С
19.	Беспалова Д.	11	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2,5В	2,8В

Начало года: 2 чел. - Низкий уровень - 11 %, 11 чел. - Средний уровень - 59%, 6 чел. - Высокий уровень - 32%
 Конец года: 1 чел.- Низкий уровень - 5%, 9 чел. - Средний уровень - 47%, 9 чел. - Высокий уровень - 47%

Анкета

Дорогой друг! Мы предлагаем Вам анкету. Просим внимательно прочитать, подумать и ответить на вопросы. Спасибо за помощь!

Школа, класс _____ Пол: М / Ж (подчеркните).

Какой вид искусства Вам больше всего нравится? Подчеркните:

- Театр • Современная музыка • Классическая музыка • литература
- Кино • Изобразительное искусство • Танец

Сколько лет Вы занимаетесь хореографией? _____

Нравится ли Вам собственное исполнение танцевальных движений? _____

Почему Вы занимаетесь хореографией (подчеркните подходящие ответы):

научиться танцевать современные танцы

физическое самосовершенствование

интересно познакомиться с разными видами, стилями хореографии

выступать с танцами

общение с друзьями

получаю удовольствие от движения под музыку

желание родителей

Пользуетесь ли Вы в жизни теми знаниями, умениями, которые получаете на уроках хореографии? _____

Порекомендуете ли Вы своему другу (подруге) заниматься хореографией или нет? Почему? _____

Какая часть занятий (или вид) Вам больше нравится? _____

Читали Вы какую-нибудь литературу о танце? Какую и о чем, напишите. _____

Хотели бы Вы узнать что-либо о хореографическом искусстве? _____

Как Вы думаете, с какими видами искусства “дружит” хореография? Почему? _____

Как часто Вы бываете на концертах, в театре?

Достаточно часто

Редко

не бываю

Как Вы думаете, для чего нужно искусство в жизни?

