

Муниципальное казённое образовательное учреждение дополнительного образования «Центр творческого развития и гуманитарного образования «Воспитание»

Рассмотрена
на заседании педагогического совета
от 30.08.2024г.
протокол №1



Утверждаю:
Директор Центра «Воспитание»
О.В.Титова
Приказ № 115- од от 30.08.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

художественной направленности

«Мир танца»

Тип программы: модифицированный

Возраст учащихся: 9-13лет
Срок реализации: 2 года

Автор - составитель:
Пухомелина Ирина Петровна
педагог дополнительного образования

Мешовск, 2024г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Значительные возможности для приобщения к процессу творческого воспитания представляет хореографическое образование. Положительные стороны влияния хореографии на ребенка:

- дисциплинирует, вырабатывает собранность и аккуратность;
- формирует правильную осанку, развивает опорно-двигательный аппарат, координацию,
- уравнивает право- и левостороннее развитие мышц корпуса и конечностей;
- тренирует дыхательную и сердечно-сосудистую систему, повышает общую активность организма;
- эстетически воспитывает, знакомит с музыкой, театром, живописью, историей, народным творчеством и этническим наследием.

Проведение тематических бесед с просмотром видеозаписей выступлений ведущих коллективов, рассказы об истории их создания, имеют большое воспитательное воздействие. Полезно просматривать и обсуждать видеозаписи своих выступлений.

Значительную роль играет в учебном процессе оборудование учебного класса. Помещение должно быть светлым, просторным, легко проветриваемым, с благоприятным температурным режимом.

Направленность – художественная. Программа является модифицированной. Вид группы: профильный, состав постоянный, набор обучающихся - свободный.

Вид программы:

- по степени авторства – модифицированная;
- по уровню сложности – продвинутая.

Актуальность. Художественное обучение и эстетическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования, является составной частью всестороннего гармоничного развития подрастающего поколения. Программа рассчитана на непрерывное систематическое поэтапное занятие хореографией. Эта система значительно расширяет возможности человеческого тела, создает предпосылки исполнения целого ряда движений, недоступных для нетренированного человека.

Отличительные особенности в том, что программа учит не только правильно исполнять движения, но и понимать осмысливать его. Так же особенность в том, что кульминацией учебного процесса является привлечение детей к постановочной работе в

ансамбле танца при студии хореографии. Программа делится на несколько этапов, которые связаны между собой.

Согласно обеспечению образовательных прав детей с ОВЗ и инвалидов при реализации данной программы можно формировать отдельные подгруппы для детей с

- нарушением слуха;
- нарушением зрения;
- задержка психического развития и другие трудности воспитания и обучения ребёнка.

Адресат. В студию приходят заниматься дети с различным физиологическим и умственным развитием, поэтому программа в процессе работы корректируется. Данная программа разработана для детей школьного возраста от 9 до 13 лет. По данной программе занимаются дети, освоившие стартовый уровень хореографического образования. Учащиеся знакомы с предметом «Классический танец» и на основе классического танца изучали предмет «Народно-сценический танец». Занятия проводятся у станка, на середине зала, затем изучаются танцевальные движения, комбинации и этюды. Программа направлена на продолжение изучения основ классического танца, народно-сценического танца, параллельно знакомясь с музыкальным материалом по каждому направлению, с историей костюма. Также программа имеет здоровьесберегающий аспект, развитие физических способностей, формирование эстетического вкуса.

Объём. Общее количество часов, запланированных на весь период обучения: 436.
Срок освоения: 2 года.

Язык: русский.

Форма обучения: очная с возможностью перехода на дистанционного обучения.

Особенности организации образовательного процесса: формы реализации образовательной программы традиционные с использованием дистанционных технологий. В студию принимаются все дети, имеющие разрешение от врача о допуске к данному виду занятий. Наполняемость групп: 12 -15 человек. Допускается разница детей в возрасте 1-3 года в одной группе.

Для успешной реализации данной программы существуют различные критерии оценки. Все зависит от возрастных особенностей и срока реализации данной программы. Не мало важным критерием оценки является устойчивый интерес к занятиям, их систематическое посещение и стремление к дальнейшему росту. Так же личностный и творческий рост ребенка отслеживается на каждом этапе обучения. В группах проходят

полугодовые и годовые контрольные уроки. С момента введения в учебный процесс предмета «Классический танец», дети заводят рабочую тетрадь, где фиксируют весь пройденный материал. На контрольном уроке дети должны знать весь пройденный материал, показывая его практически, а так же знать терминологию движений и уметь объяснить словами принцип исполнения движения. Проводятся открытые уроки для родителей и детей, обучающихся в студии, но в других группах. В конце каждого учебного года проводятся отчетные концерты, где каждый обучаемый в студии ребенок участвует в концертной программе. Участие в ежегодных фестивалях и конкурсах так же значимая часть всего процесса обучения, где выступление уже оценивает компетентное жюри. Участие в городских, районных мероприятиях является показательной оценкой положительной деятельности.

Организационные формы обучения: коллективные, групповые, индивидуальные. Занятия бывают теоретические, практические. Они в свою очередь включают в себя контрольные, зачетные занятия, показательные выступления и концерты.

Занятия проводятся под музыку, которая подбирается для каждого урока аккомпаниатором и руководителем студии. В основном используются групповые занятия. Так же ведутся индивидуальные занятия с одаренными детьми по усложненной программе. Или, наоборот, с детьми, которые долго усваивают материал или отсутствовали по болезни. Теория преподается в форме беседы, обзора, просмотра и обсуждения видео.

- групповые по количеству участников;
- индивидуальные (беседы, консультации, дистанционные);
- по подгруппам (творческие задания).

Режим занятий. Занятия проводятся по расписанию, установленному в начале учебного года.

Общее количество занятий в неделю: 3;

продолжительность одного занятия: 2 академических часа.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: привить интерес, а затем любовь и понимание к искусству хореографии. Воспитать гармонично развитой личности. Сохранить народные традиции, передающихся из поколение в поколение, путем языка танца. Способствовать творческой реализации ребенка на всем протяжении обучения.

Задачи:

обучающие:

Использовать методы наглядные, словесные, практические.

- сформировать основные знания в области хореографии;
- изучить народную культуру, местные традиции, историю родного края;
- знакомить с историей танцевального искусства;
- обучить детей приемам актерского мастерства;
- обучить различным жанрам и видам хореографии;
- уметь красиво, свободно двигаться и импровизировать;
- научить контролировать физическую нагрузку и грамотно ее использовать;

развивающие:

- развить чувства ритма, музыкальность, выразительность;
- развить мышечную память;
- развить у детей творческое мышление и вкус;
- развить организаторские способности;
- развить логическое мышление;
- развить чувство гармонии;
- развить мотивацию к изучению искусству танца и смежных видов искусств;

воспитательные:

- воспитать чувства коллективизма и ответственности за общее дело;
- формировать активную жизненную позицию;
- воспитать любовь и уважение к народным традициям и истории родного края;
- воспитать чувство взаимопомощи, уважение к партнерам по танцу;
- воспитать чувство самоконтроля и преодоление трудностей;
- воспитать этические и моральные нормы;

Принципы построения программы:

- принцип системности и последовательности;
- принцип от «простого к сложному»;
- принцип соразмерности нагрузки;
- принцип доступности.

1.3. Содержание программы:

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название, раздел, тема	Количество часов			Формы занятий	Формы аттестаци и/контрол я
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие.	2ч.	1	1	Беседа	Опрос

					Учебное занятие	
Классический танец.						
2.	Повторение пройденного материала	10	4	6	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
3.	Экзерсис у станка.	64ч.	24	40	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
4.	Экзерсис на середине.	28	18	10	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
5.	Allegro. Прыжки.	18 ч.	10	8	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
6.	Упражнение для рук.	10 ч.	6	4	Объяснение. Показ	Устный опрос, практический показ
Народно-сценический танец.						
7.	Упражнения на «середине» зала	38	18	20	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
8.	Упражнения у станка.	64 ч.	28	36	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
9.	Постановочная деятельность.	12	2	10	Концерты, фестивали, конкурсы	Наблюдение
10.	Итоговые занятия.	6	2	4	Открытый урок.	Наблюдение. Опрос

					Отчетное мероприятие	
Итого:		218	113	105		

Содержание учебного плана 1-го года обучения

1. Вводное занятие.

Теория: стили и направления хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец.

Практика: просмотр видео «Танцевальные стили и направления» и слайдов по теме «Стили».

Задачи на предстоящий учебный год. Определение постановочных концертных номеров.

Формы аттестации/контроля: опрос.

Классический танец.

Теория: понятие «классический экзерсис» - у станка, на середине.

Практика: упражнения, входящие в классический экзерсис. Манера исполнения классического танца. Чистота и строгость линий. Воспитание волевых качеств и трудолюбия.

2. Повторение пройденного материала.

2.1. Повторение позиций рук и ног.

2.2. Упражнения у станка.

2.3. Упражнения на «середине».

2.4. Построение и перестроение в различные рисунки.

Формы аттестации/контроля: устный опрос, практический показ

3. Экзерсис у станка.

Теория: История и развитие классического танца. Сохранение традиций.

Постановка корпуса. Техника исполнения. Термины классического танца.

Практика:

3.1. Demi plie по 1,2,3,5, п. ног, держась одной рукой за станок.

3.2. Battement tendus по 1 п. ног крестом, держась одной рукой за станок.

3.3. Battement tendus jetes на 23 градуса в сторону, вперед, назад по 1 п. ног.

3.4. Demi rond de jambe par terre.

3.5. Rond de jambe par terre. Понятие en deoors et en dedans.

3.6. Положение ноги sur le sou-de-pied спереди и сзади (условное), проучивается

лицом к станку.

3.7. Grand plies по 1,2,5 п. ног лицом к станку.

3.8. Обхватное sur le cou-de-pied, изучается из положения открытой ноги в сторону.

Формы аттестации/контроля: устный опрос, практический показ

4. Экзерсис на середине.

Теория: Знакомство с основными терминами классического экзерсиса на середине зала. Правила исполнения элементов. Изучение названия элементов на французском языке.

Практика:

4.1. Позиции ног 1,2, 3, 5.

4.2. Demi plie по 1,2,5 п. ног.

4.3. Battement tendus по 1 п. ног в сторону, далее вперед и назад.

4.4. Battement tendus jetes по 1 п. Ног в сторону.

4.5. Различные танцевальные шаги: с носка на всю стопу, на полупальцах.

4.6. Поклон (книксен).

Формы аттестации/контроля: устный опрос, практический показ.

5. Allegro. Прыжки.

Теория: Изучение техники исполнения прыжков классического экзерсиса.

Практика:

5.1. Temps leve saute по 1.2 п. ног (лицом к станку), к концу года на «середине».

5.2. Различные прыжки с двух ног на две ноги, с ноги на ногу, с двух на одну.

Формы аттестации/контроля: наблюдение. Опрос.

6. Упражнения для рук.

Теория: Проучиваем правила исполнения позиций и положений рук, port de bras.

Практика:

6.1. Положения рук в 1.2.3, подготовительной позициям на «середине» зала.

6.2. Положение рук arondi, alauje.

6.3. Переводы рук в позиции а положении анфас.

6.4. Первая форма port de bras рук.

6.5. Вольные упражнения для развития пластичности рук.

Формы аттестации/контроля: устный опрос, практический показ.

Народно-сценический танец.

7. Упражнения на середине зала.

Теория: Изучение основ и формирование первоначальных профессиональных навыков, а также развитие суставно-связочного аппарата, выработка пластичности, силы мышц и натянутости ног.

Практика:

7.1.Позиции ног – прямые, параллельные, обратные, выворотные.

7.2.Положения корпуса, головы.

7.3.Позиции и положения рук.

7.4.Раскрывание и закрытие рук – одной рукой, двумя.

7.5.Поклоны – на месте без рук, с руками, с продвижением вперед и назад.

7.6. Притопы, переступания.

7.7. Шаги

-с носка;

- с каблука;

- назад через полупальцы на всю стопу;

-с притопом и продвижением вперед;

-с притопом и продвижением назад;

-боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

7.8. Припадание в сторону по 3-ей свободной позиции.

7.9. Перескоки. Подготовка к дробным выстукиваниям.

7.10. Бег на месте, с продвижением вперед, назад на полной стопе, на полупальцах.

7.11. Подскоки на месте, с продвижением, вокруг себя.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

8. Упражнения у станка.

Теория: Все упражнения экзерсиса выполняются в медленном темпе и в «чистом темпе», или в простейших комбинациях. В начале изучения движений корпус и руки находятся в статическом положении, упражнение выполняется только ногами.

Практика:

8.1.Позиции ног, рук, положения корпуса, головы.

8.2. Положение стопы вытянутое и сокращенное.

8.3.Полуприседания по 1,2,5 позициям в сочетании с работой рук.

8.4.Скольжение стопой по полу.

8.5. Упражнение «носок-каблук».

8.6.Полное приседание по 1,2, 5 позициям ног в сочетании с работой рук.

8.7.Маленькие броски крестом.

8.8. Перегибы и наклоны корпуса.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

9. Постановочная деятельность.

Теория: Композиция и постановка танца. Художественный образ в танце с учетом стиля, характера в танце, сценического костюма, аксессуаров и музыки. Знакомство с репертуаром детских хореографических коллективов (просмотр и анализ видеоматериалов). Самостоятельный подбор музыкального материала для постановок. Прослушивание музыкального материала к номеру. Работа над созданием костюма. Анализ участия коллектива в концертах, 15 праздниках, фестивалях, конкурсах, мастер-классах (видео-просмотры и обсуждения выступлений ансамбля).

На основе изученного материала по предметам ставятся этюды, которые потом используются в концертной деятельности.

Практика:

9.1. Рисунки танца.

9.2. Репертуарные этюды.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение.

10. Итоговые занятия.

Теория: первичные сведения об истории хореографического искусства, знание терминологии танцевальных элементов изученных по программе, правила коллективной и самостоятельной работы.

Практика:

10.1. Контрольный урок по предмету «Классический танец» по итогам 1-го полугодия.

10.2. Контрольный урок по предмете «Классический танец» по итогам 2-го Полугодия.

10.3. Контрольный урок по предмету «Народно-сценический танец» по итогам 1-го полугодия.

10.4. Контрольный урок по предмету «Народно-сценический танец» по итогам 2-го полугодия.

Формы аттестации/контроля: Открытые уроки, отчетные мероприятия.

Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Название, раздел, тема	Количество часов			Формы занятий	Формы аттестаци
		Всего	Теория	Практика		

						и/контроль
1	Вводное занятие.	2ч.	1	1	Беседа Учебное занятие	Опрос
Классический танец.						
2.	Повторение пройденного материала	10	4	6	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
3.	Экзерсис у станка.	28	10	18	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
4.	Экзерсис на середине.	18	8	10	Учебное занятие	Устный опрос, практический показ
5.	Allegro. Прыжки.	10 ч.	4	6	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
Народно-сценический танец.						
6.	Повторение пройденного материала.	10	4	6	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
7.	Тренаж у станка	50 ч.	20	30	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
8.	Упражнения на середине зала.	40ч.	18	22	Объяснение. Показ	Наблюдение. Опрос
9.	Комбинации и этюды.	40	18	22	Концерты, фестивали,	Наблюдение

					конкурсы	
10.	Итоговые занятия.	8	4	4	Открытый урок. Отчетное мероприятие	Наблюдение. Опрос
Итого:		218	91	127		

Содержание тем программы 2-го года обучения.

1. Введение. Задачи на предстоящий учебный год.

Теория: Повторение изученного материала. Правила поведения на занятиях, техника безопасности. Диагностика способностей детей.

Практика: Инструктаж. Диагностические упражнения.

Формы аттестации/контроля: опрос.

Классический танец.

2. Повторение изученного материала.

Теория: Беседы, направленные на активизацию внимания, памяти, координации движения.

Практика: Повторение основных элементов упражнений:

2.1. Экзерсис у станка.

2.2. Экзерсис на середине.

2.3. Allegro. Прыжки.

Формы аттестации/контроля: Устный опрос, практический показ.

3. Экзерсис у станка.

Теория: Основные понятия темы. Теоретическое изучение техники выполнения упражнений.

Практика: Изучение и отработка основных элементов упражнений:

3.1. Battement fondu носком в пол в сторону.

3.2. Battement frapes в сторону, вперед, назад носком в пол, держась двумя, затем одной рукой за станок.

3.3. Battement relevent на 45 градусов в сторону по 1-ой п. ног. затем на 90 град.

3.4. Grand plies по 1,2,5 п. держась одной рукой за станок.

3.5. Battement tendus во все направления из 5-ой п. ног:

-pour le pied с опусканием пятки во 2-ую позицию, начиная из 1-ой, затем 5-ой п.;

-plie-soutenu по 1-ой, 5-ой позиции в сторону, вперед, назад;

-passe par terre (проведение ноги вперед, назад через 1-ую позицию);

-с demi plie в 1-ой позиции, затем в 5-ой в сторону, вперед, назад.

3.6. Battement tendus jetés из 5-ой позиции крестом, держась одной рукой за станок.

-с demi plie

3.7. Preparation к rond de jambe par terre.

3.8. Изучение 4-ой позиции ног.

3.9. Battement fondu крестом.

3.10. Battement relevé крестом.

Формы аттестации/контроля: Устный опрос, практический показ.

4. Экзерсис на середине.

Теория: Основные понятия темы. Теоретическое изучение техники выполнения упражнений.

Практика: Изучение и отработка основных элементов упражнений.

4.1. Releve по 1-ой, 2-ой, позднее по 5-ой п. ног.

4.2. На середине исполняются те же движения, что и у станка, в положении анфас.

4.3. Упражнения для рук исполняются по позициям, а так же импровизированная пластика рук.

4.4. Сочетания шагов на полупальцах, с носка, со сменой позиций рук в различных комбинациях и рисунках.

Формы аттестации/контроля: Устный опрос, практический показ.

5. Allegro. Прыжки.

Теория: Основные понятия темы. Теоретическое изучение техники выполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении прыжков.

Практика: Изучение и отработка основных элементов упражнений.

5.1. Temp sauté по 5-ой позиции.

5.2. Petit saut по 2-ой позиции.

5.3. Elevation de pied

5.4. Pas assemble с открыванием ноги в сторону. Сначала лицом к станку, затем на середине зала.

5.5. Прыжки в сочетании с работой рук.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

Народно-сценический танец.

6. Повторение пройденного материала.

Теория: Повторение простейшие элементы и движения народно-сценического танца у станка и на середине зала.

Практика:

6.1. Поклоны.

6.2. Позиции ног, рук, положения головы, корпуса.

6.3. Упражнения у станка.

6.4. Движения на середине.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

7. Тренаж у станка.

Теория: Изучение основных понятий темы. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

Практика: Выполнение и отработка движений вначале лицом к станку, в медленном темпе, затем боком к станку, Увеличивая музыкальный темп.

7.1. Приседания и большие приседания в различных комбинациях.

7.2. Упражнение «Носок-каблук» с работой пятки опорной ноги.

7.3. Маленькие броски крестом в сочетании с работой рук.

7.4. Подготовка к каблучному упражнению.

7.5. Каблучное упражнение с вытянутой стопой.

7.6. Каблучное упражнение с сокращенной стопой в сочетании с вытянутой стопой и руками.

7.7. Круговые движения носком или каблуком работающей ноги.

7.8. Подготовка к «веревочке». Опорная нога на всей стопе, затем в полуприседании, затем на полупальце.

7.9. «Веревочка» с работой рук.

7.10. Поднимание ноги на 90 градусов крестом в сочетании с работой рук.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

8. Упражнения на середине зала.

Теория: Изучение основных понятий темы. Прослушивание и разбор музыкального материала. Характер и манера исполнения. История возникновения названий движений.

Практика: Изучение и отработка движений и комбинаций.

8.1. Различные переменные шаги в сочетании с работой рук.

8.2. Припадания по выворотной позиции.

8.3. Соскоки, подскоки, перескоки.

8.4. «Маталочка» анфас и с разворотом корпуса, затем с продвижением.

8.5. «Ковырялочка» простая и на воздух.

8.6. Различные ритмические выстукивания одной ногой, двумя.

8.7. Дробь «Горошек».

8.8. «Веревочка» простая и с переступанием.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

9. Комбинации и этюды.

Теория: Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

Знакомство с региональными особенностями. Понятие сольных, групповых и коллективных исполнений.

Практика: Изучение и исполнение комбинаций в различных сочетаниях.

9.1. Комбинация, включающая в себя различные шаги. Исполняется по кругу и линиям в сочетании с работой рук. Характер исполнения лирический.

9.2. Комбинация, включающая в себя «Маталочку», «Ковырялочку», бег и бег с соскоком.

9.3. Комбинация, включающая в себя изученные дробные выстукивания.

9.4. Комбинация с упражнением «Веревочка».

9.5. Этюд, включающий в себя изученные движения. Исполняется в перестроении по рисунку. Вначале медленный темп, затем перерастает в характер пляски.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение.

10. Итоговые занятия.

Теория: Тестирование по ранее изученному материалу или устный опрос.

Практика: выполнение индивидуальных и групповых заданий по ранее изученным темам.

10.1. Контрольный урок по предмету «Классический танец» по итогам 1-го полугодия.

10.2. Контрольный урок по предмету «Классический танец» по итогам 2-го полугодия.

10.3. Контрольный урок по предмету «Народно-сценический танец» по итогам 1-го полугодия.

10.4. Контрольный урок по предмету «Народно-сценический танец» по итогам 2-го полугодия.

Формы аттестации/контроля: Наблюдение. Опрос.

1.4. Планируемые результаты.

Обучение по данной программе позволяет развивать индивидуальные природные, музыкальные и танцевальные способности детей.

По итогам **1-го года** обучения (по разделу «классический танец») учащиеся *знают:*

- основные требования классического танца;
- названия движений на французском языке, их перевод и значение;
- технику безопасности и правила поведения на сцене, на занятиях и вне их;
- основы партерной гимнастики и элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основы работы мышц и правильного дыхания;

умеют:

- самостоятельно выполнять разминку;
- двигаться ритмично и музыкально;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- ориентироваться в пространстве;

владеют:

- постановкой корпуса, рук, ног, головы;
- координацией движений
- техникой исполнения программных прыжков и вращений;
- навыком общения в паре;
- навыком эмоционального выражения;
- музыкальным слухом и чувством ритма;
- исполнительским навыком и танцевальностью;

По разделу народно-сценический танец учащиеся

знают:

- правила выполнения рисунка народно-сценического танца;
- элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
- основные постановки корпуса, ног, рук, головы;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- исторические основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей ;
- канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно - сценического танца в соответствии с учебной программой;

Умеют:

- исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- понимать и исполнять указания преподавателя;
- запоминать и воспроизводить «текст» народно-сценических танцев;

- применять знания основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

владеют:

- навыками музыкально-пластического интонирования;
- историческими основами танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны;
- владеют техникой исполнения программных движений как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- используют и владеют навыками коллективного исполнительского творчества.

По итогам **2-го года** обучения (по разделу классический танец) учащиеся

знают:

- технику безопасности и правила поведения на сцене, на занятиях и вне их;
- рисунок танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- балетную терминологию;
- элементы и основные комбинации классического танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- средства создания образа в хореографии;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных

средств;

умеют:

- исполнять на сцене, произведения учебного хореографического репертуара;
- исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок

танца;

- осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;

- выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;

- соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;

владеют:

- навыками музыкально-пластического интонирования
- навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- навыками публичных выступлений.

По итогам освоения раздела «Народно-сценический танец» учащиеся

знают:

- рисунок народно-сценического танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- средства создания образа в хореографии;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- исторические основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно - сценического танца в соответствии с учебной программой;
- основные анатомо-физиологических особенностей человека;

умеют:

- исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- понимать и исполнять указания преподавателя;
- запоминать и воспроизводить «текст» народно-сценических танцев;
- применять знания основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

владеют:

- навыками музыкально-пластического интонирования;
- историческими основами танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- владеют техникой исполнения программных движений как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- используют и владеют навыками коллективного исполнительского творчества.

Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий.

2.1.Календарный учебный график 1- года обучения

№ п/п	Раздел	Тема занятия	Дата	Кол-во часов
1	Введение.	Вводное занятие		
2	Повторение изученного материала.	Повторение позиций рук и ног.		2
3		Повторение упражнений у станка		2
4		Повторение упражнений у станка		2
5		Повторение упражнений на середине		2
6		Повторение построений и перестроений в различные рисунки.		2
7	Экзерсис у станка.	Demi plie по 1,2,3 п. ног, держась одной рукой за станок.		10
8		Demi plie по 1,2,3,5 п. ног, держась одной рукой за станок.		8
9		Batement tendus по 1 п. ног крестом, держась одной рукой за станок.		4
10		Batement tendus jetes на 23 градуса в сторону по 1 п. ног.		2
11		Demi rond de jambe par tere		2
12		Rond de jambe par tere. Понятие en deooros et en dedans		4
13		Положение ноги sur le cou-de-pied спереди и сзади лицом к станку.		4
14		Grand plies по 1 п. ног лицом к станку.		4
15		Grand plies по 2 п. ног лицом к станку.		4
16		Grand plies по 5 п. ног лицом к станку.		6
17		Обхватное sur le cou-de-pied, из положения открытой ноги в сторону		6
18		Комбинации изученных движений.		6
19		Комбинации изученных движений. В сочетании с работой рук		4

20	Экзерсис на середине.	1 позиция ног на середине зала		2
		2 позиция ног на середине зала		2
21		3 позиция ног на середине зала		2
22		5 позиция ног на середине зала		2
23		Demi plie по 1 п. ног		2
24		Demi plie по 2 п. ног		2
25		Demi plie по 5 п. ног		2
26		Batement tendus по 1 п. ног в сторону.		2
27		Batement tendus по 1 п. ног вперед.		2
28		Batement tendus по 1 п. ног назад.		2
29		Batement tendus jetes по 1 п. ног в сторону.		2
30		Различные танцевальные шаги: с носка на всю стопу, на полупальцах.		4
31		Поклон (книксен).		2
32	Allegro. Прыжки.	Temps leve saute по 1 п.ног (лицом к станку).		2
33		Temps leve saute по 1 п.ног (лицом к станку).		2
34		Temps leve saute по 2 п.ног (лицом к станку).		2
35		Temps leve saute по 1 п.ног на середине зала		2
36		Temps leve saute по 2 п.ног на середине зала		2
37		Temps leve saute по 1, 2 п.ног на середине зала		2
38		Различные прыжки с двух ног на две ноги		2
39		Различные прыжки с ноги на ногу		2
40		Различные прыжки с двух на одну.		2
41	Упр. для рук	Положения рук в 1.2.3, подготовительной позициям на «середине» зала		4
42		Положение рук arondi, alaује.		2
43		Первая форма port de bras рук.		2
44		Вольные упражнения для развития пластичности рук.		2
45	Народно-сценический танец.	Позиции ног – прямые, параллельные		2

	Упражнения на середине зала.			
46		Позиции ног – обратные,		2
47		Позиции ног – обратные, выворотные		2
48		Положения корпуса, головы.		2
49		Позиции ног – прямые, параллельные, обратные, выворотные		2
50		Позиции и положения рук.		2
51		Раскрывание и закрытие рук – одной рукой, двумя.		2
52		Поклоны – на месте без рук, с руками, с продвижением вперед и назад.		2
53		Притопы, переступания.		2
54		Шаги с носка, с каблука.		2
55		Шаг назад через полупальцы на всю стопу.		2
56		Шаг с притопом и продвижением вперед, назад.		2
57		Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.		4
58		Припадание в сторону по 3-ей свободной позиции.		2
59		Перескоки. Подготовка к дробным выстукиваниям.		2
60		Бег на месте, с продвижением вперед, назад на полной стопе, на полупальцах.		4
61		Подскоки на месте, с продвижением, вокруг себя.		2
62	Народно-сценический танец. Упражнения у станка	Позиции ног, рук в позициях.		4
65		Позиции ног, рук в позициях.		4
64		Положения корпуса, головы.		4

65		Положение стопы вытянутое и сокращенное.	4
66		Полуприседания по 1 позиции в сочетании с работой рук.	2
67		Полуприседания по 2 позиции в сочетании с работой рук	2
68		Полуприседания по 5 позиции в сочетании с работой рук	2
69		Полуприседания по 1,2,5 позициям в сочетании с работой рук	4
70		Скольжение стопой по полу	2
71		Упражнение «носок-каблук» в сторону.	2
72		Упражнение «носок-каблук» вперед, назад.	2
73		Упражнение «носок-каблук» крестом.	4
74		Полное приседание по 1 п. в сочетании с работой рук.	2
75		Полное приседание по 2 п. в сочетании с работой рук.	2
76		Полное приседание по 5 п. в сочетании с работой рук.	2
77		Полное приседание по 1,2, 5 п.	2
78		Полное приседание по 1,2, 5 позициям ног в сочетании с работой рук.	4
79		Маленькие броски в сторону.	2
80		Маленькие броски вперед.	2
81		Маленькие броски назад.	2
82		Маленькие броски крестом по 1 п. с работой рук.	4
83		Перегибы и наклоны корпуса.	4
84	Постановочная деятельность	Танцевальные шаги по линиям, кругу и перестроение в рисунки	2
85		Танцевальные комбинации с работой рук и увеличением темпа	2
86		Танцевальные комбинации с работой рук.	2
87		Комбинация шагов с работой рук.	2

88		Импровизации на различные темы, используя выученные движения и положения рук.		4
89	Итоговые занятия.	Контрольный урок по итогам полугодия по предмету классический танец		2
90		Контрольный урок по итогам полугодия по предмету народно – сценический танец		2
91		Контрольный урок по итогам года.		2
Итого:				218

Календарный учебный график 2-го года обучения

№ п/п	Раздел	Тема занятия	Дата	Кол-во часов
1	Введение.	Задачи на предстоящий учебный год.		1
2		Инструктаж по технике безопасности.		1
	Повторение изученного материала.	Повторение экзерсиса у станка.		4
		Повторение экзерсиса на середине.		4
		Повторение Allegro. Прыжки.		2
	Экзерсис у станка.	Batement fondu носком в пол в сторону.		2
		Batement frapes в сторону, носком в пол, держась двумя руками за станок.		2
		Batement frapes в сторону, вперед носком в пол, держась двумя руками за станок.		2
		Batement frapes в сторону, вперед, назад носком в пол, держась двумя руками за станок.		2
		Batement frapes в сторону, вперед, назад носком в пол, держась одной рукой за станок.		2
		Batement relevent на 45 градусов в сторону по 1-ой п.ног.		2
		Batement relevent на 45 градусов в сторону		2

		по 1-ой п.ног. затем на 90 градусов.		
		Grand plies по 1,2, п. держась одной рукой за станок.		2
		Grand plies по 1,2,5 п. держась одной рукой за станок.		2
		Batement tendus во все направления из 5-ой п. ног с pour le pied с опусканием пятки во 2-ую позицию, начиная из 1-ой п. ног.		2
		Batement tendus во все направления из 5-ой п. ног с pour le pied с опусканием пятки во 2-ую позицию, начиная из 5-ой п. ног.		2
		Batement tendus во все направления из 5-ой п. ног с plie-soutenu по 1-ой позиции в сторону, вперед, назад.		2
		Batement tendus во все направления из 5-ой п. ног с plie-soutenu по 5-ой позиции в сторону, вперед, назад		2
		Batement tendus из 5-ой п. ног с passe par tere (проведение ноги вперед, назад через 1-ую позицию).		2
		Batement tendus jetes из 5-ой позиции крестом, держась одной рукой за станок с demi plie.		2
		Preparation к rond de jambe par tere.		2
		Изучение 4-ой позиции ног.		2
		Batement fondu крестом.		2
		Batement relevent крестом.		2
	Экзерсис на середине.	Releve по 1-ой п. ног		2
		Releve по 2-ой, п. ног		2
		Releve по 1-ой, 2-ой, п. ног		2
		Releve по 5-ой п. ног		2
		Releve по 1-ой, 2-ой, 5-ой п. ног		2
		Упражнения для рук исполняются по позициям, а так же импровизированная		4

		пластика рук.		
		Сочетания шагов на полупальцах, с носка, со сменой позиций рук в различных комбинациях и рисунках.		4
	Allegro. Прыжки.	Temp sauté по 5-ой позиции.		2
		Petit sa echange из 1-ой, во 2-ую позицию.		2
		Petit sa echange из 5-ой во 2-ую позицию.		2
		Echange de pied		2
		Pa assemble с открыванием ноги в сторону лицом к станку.		1
		Pa assemble с открыванием ноги в сторону на середине зала.		1
	Итоговые занятия.	Подготовка к итоговому занятию по итогам 1-го полугодия.		2
		Итоговое занятие.		2
	Комбинации и этюды.	Изучение Рождественского танца.		2
		Отработка движений.		2
		Отработка Рождественского танца.		2
		Отработка движений.		2
		Репетиция Рождественского танца.		2
		Подготовка к выступлению.		2
	Н.Т. Повторение.	Поклоны.		2
		Позиции ног, рук, положения головы, корпуса.		2
		Упражнения у станка.		4
		Движения на середине		2
	Тренаж у станка.	Приседания и большие приседания в различных комбинациях.		6
		Упражнение «Носок-каблук» с работой пятки опорной ноги.		4
		Маленькие броски крестом в сочетании с работой рук.		6

		Подготовка к каблучному упражнению.	2
		Каблучное упражнение с вытянутой стопой	2
		Каблучное упражнение с сокращенной стопой в сочетании с вытянутой стопой и руками.	4
		Круговые движения носком работающей ноги.	4
		Круговые движения носком и каблучком работающей ноги.	4
		Подготовка к «веревочке». Опорная нога на всей стопе.	4
		Подготовка к «веревочке». Опорная нога на всей стопе, затем в полуприседании, затем на полупальце.	6
		«Веревочка» с работой рук.	4
		Поднимание ноги на 90 градусов крестом в сочетании с работой рук.	4
	Движения на середине.	Переменные шаги в сочетании с работой рук.	4
		Припадания по выворотной позиции.	4
		Соскоки, подскоки, перескоки.	4
		«Маталочка» анфас и с разворотом корпуса.	4
		Маталочка» анфас и с разворотом корпуса, затем с продвижением.	4
		«Ковырялочка» простая.	2
		«Ковырялочка» простая и на воздух.	2
	Комбинации и этюды.	Изучение движений и комбинаций Пасхального танца.	2
		Изучение движений и комбинаций Пасхального танца.	2
		Изучение движений и комбинаций Пасхального танца.	2
		Отработка движений и комбинаций Пасхального танца.	4
		Отработка движений и комбинаций	2

		Пасхального танца.		
		Отработка Пасхального танца.		4
		Подготовка к Пасхальному выступлению.		2
	Движения на середине	Различные ритмические выстукивания одной ногой, двумя.		6
		Различные ритмические выстукивания одной ногой, двумя.		4
		Дробь «Горошек».		2
		«Веревочка» с работой рук.		2
		«Веревочка» простая и с переступанием с работой рук.		2
	Комбинации и этюды.	Комбинация, включающая в себя различные шаги. Исполняется по кругу и линиям в сочетании с работой рук. Характер исполнения лирический.		4
		Комбинация, включающая в себя «Маталочку», «Ковырялочку».		2
		Комбинация, включающая в себя изученные дробные выстукивания.		2
		Комбинация с упражнением «Веревочка».		4
		Комбинация, включающая в себя «Маталочку», «Ковырялочку», бег и бег с соскоком.		4
	Итоговые занятия.	Подготовка к контрольному уроку.		2
		Подготовка к контрольному уроку.		2
		Контрольный урок по итогам учебного года.		2
	Комбинации и этюды	Подготовка к отчетному концерту.		2
		Повторение пройденного материала.		2
Итого:				218

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение занятий

Учебно-материальная база.

Наличие учебного класса.

Оборудование класса: станки, зеркала, раздевалки.

Техническое оснащение: магнитофон, фортепиано.

Сценическая площадка для репетиций.

Накопление музыкального и нотного материала.

Обувь для занятий;

Формирование учебного процесса и сценического материала на видео и фотоносителях.

Обеспечение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности

1. Тщательная влажная уборка помещения.
2. Проветривание.
3. Соблюдение режима обучения и перерывов.
4. Проведение занятий по технике безопасности.

2.3. Формы аттестации

Мониторинг результатов обучения учащихся по общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «Мир танца»

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Теоретическая подготовка			
Теоретические знания: – структуру и основные части занятия; – последовательность изучаемых элементов; – методику изучения танцевальных движений и упражнений; – основы классического танца: позиции рук, ног, положение корпуса; – способы	Знает структуру и основные части занятия; последовательность изучаемых элементов; методику изучения танцевальных движений и упражнений; основы классического танца; способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением;	высокий уровень - учащийся освоил практически весь объем полученных знаний, предусмотренных программой; средний - объем усвоенных знаний составляет более 50%.; низкий - учащийся овладел менее чем 50% объема знаний,	Тестирование

соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением; – принципы составления учебных комбинаций; – правила поведения и технику безопасности на занятиях в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях	принципы составления учебных комбинаций; правила поведения и технику безопасности на занятиях в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях, историю становления отечественной школы классического танца.	предусмотренных программой.	
Владение специальной терминологией	Осмысленно и правильно владеет специальной терминологией.	высокий уровень - специальные термины употребляет осознанно и в соответствии с их содержанием; средний уровень- сочетает специальную терминологию с бытовой; низкий уровень- избегает употреблять специальную терминологию.	Тестирование
Практическая подготовка			
Практические умения и навыки работы: -самостоятельно исполнять изученные комбинации классического, народно танцев; -танцевальные связки исполнять «зеркально»,	Умеет самостоятельно исполнять изученные комбинации классического и народного танцев; танцевальные связки исполнять «зеркально», использовать пространственное	высокий уровень - учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой; средний уровень - объем усвоенных умений и навыков	Практические работы. Наблюдение.

<p>использовать пространственное воображение;</p> <p>– исполнять программные прыжковые комбинации;</p> <p>– основами вращения на месте и в продвижении; – пластичностью и гибкостью;</p> <p>– танцевальным шагом и выворотностью, прыжковой техникой;</p> <p>– навыком концентрации внимания</p>	<p>воображение;</p> <p>исполнять программные прыжковые комбинации.</p> <p>Владеет основами вращения на месте и в продвижении;</p> <p>пластичностью и гибкостью;</p> <p>танцевальным шагом и выворотностью, прыжковой техникой;</p> <p>навыком концентрации внимания.</p>	<p>составляет более 50%.;</p> <p>низкий уровень - учащийся овладел менее чем 50% предусмотренных умений и навыков.</p>	
<p>Творческие навыки</p>	<p>Креативность в выполнении творческого задания (этюда, композиция, сольная работа).</p>	<p>высокий уровень - учащийся выполняет задание с элементами творчества;</p> <p>средний уровень - в основном выполняет задания на основе предложенного образца;</p> <p>низкий уровень - учащийся в состоянии выполнять лишь простейшие задания педагога.</p>	<p>Творческая работа.</p>
<p>Метапредметные (универсальные учебные действия)</p>			
<p>Регулятивные</p> <p>- распределять учебную нагрузку в течение всего занятия;</p> <p>- понимают и</p>		<p>высокий уровень - работает с различными источниками информации</p>	<p>Наблюдение.</p> <p>Анкетирование</p>

<p>соблюдают последовательность действий при выполнении практических работ; - осуществляют итоговый и пошаговый контроль, сравнивая способ действия и его результат с эталоном, представленным в практических работах; - корректируют план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата; - сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между разными танцевальными направлениями; - находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства (литература, театр, живопись)</p>		<p>самостоятельно, не испытывает трудностей.</p>	
<p>Личностные показатели</p>			
<p>Отношение к Родине - патриотизм, к своему народу, к своей малой</p>	<p>– Любит родину, проявляет интерес к истории отечества,</p>		<p>Наблюдение. Анкетирование.</p>

<p>родине, бережное отношение к природе</p>	<p>– Бережно относится к природе, требует такого поведения от других, принимает активное участие в природоохранной деятельности</p>		
<p>отношение к обществу - бережное отношение ко всем элементам общественной среды, ответственность</p>	<p>– Бережет имущество учреждения, призывает к этому других. – Выполняет общественные поручения охотно, ответственно и с желанием, требует такого же отношения от других.</p>		
<p>отношение к труду - уважение к труду, трудолюбие, дисциплинированность</p>	<p>– Примерно ведет себя, соблюдает правила поведения в образовательных учреждениях, улице, дома, требует этих качеств от других – Работает в полную силу, проявляет интерес к деятельности, трудолюбив и прилежен, доводит дело до конца, сам охотно помогает другим</p>		

При реализации программы используются виды контроля: входящий,

промежуточный. Входящий контроль — это оценка начального уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединения впервые. Промежуточный контроль – это оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительных общеобразовательных программ по итогам полугодия. Промежуточный контроль осуществляется в декабре и мае каждого учебного года. Формами контроля могут быть следующие: опрос, визуальное наблюдение, анализ работы на занятии, открытое занятие, контрольное занятие, показательные занятия для родителей, концерт, просмотр, участие в конкурсах, спектаклях, концертных программах. Оценка деятельности каждого учащегося проводится по уровню положительной динамики его развития, по уровню выступлений на отчётном концерте и итоговом показе в конце учебного года.

Критерии оценивания:

Низкий уровень освоения программы (не полное знание терминологии, не совсем грамотное выполнение упражнений и танцевальных номеров, недостаточная выразительность и музыкальность, не активная позиция в коллективе, многочисленные пропуски занятий, редкое участие в концертах и конкурсах)

Средний уровень освоения программы (теоретические знания недостаточно глубокие, танцевальные упражнения выполняются с некоторыми ошибками, посещение занятий нерегулярное)

Высокий уровень освоения теоретических знаний и практических танцевальных умений, активная позиция в коллективе, регулярное посещение занятий и участие в большинстве концертов, конкурсах и мероприятиях

Основными **формами** контроля на занятии хореографией являются устная выборочная проверка и фронтальный опрос. При индивидуальном опросе педагог имеет возможность проверить усвоение отдельными учащимися теоретического материала. Фронтальный опрос о правилах исполнения хореографических движений, а также характеристики содержания и выразительных средств музыки позволяет в ограниченное время осуществить проверку знаний большинства обучающихся.

Виды и методы контроля можно разделить на следующие группы:

Входной, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся. Для этого вида контроля используются методы:

- наблюдение;
- игры: имитационные, ролевые, драматизации.

Текущий, осуществляемый в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся. Для этого вида контроля можно использовать такие методы:

- устные (фронтальный опрос, беседа);
- письменные (тесты, карточки-задания);
- индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся);
- наблюдения.

Тематический, осуществляемый по мере прохождения темы, раздела и имеющий целью систематизировать знания и умения обучающихся. Этот вид контроля подготавливает обучающихся к зачетным занятиям. Здесь можно использовать следующие методы:

- практические: (зачеты, сдача элементов танца);
- индивидуальные;
- комбинированные (творческий проект);
- самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов).

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов. Контрольные уроки и зачеты могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Требования к содержанию **итоговой аттестации** обучающихся определяются образовательным учреждением. Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока или в форме концерта, фестиваля, участие в конкурсах.

2.4. Оценочные материалы

Входной.

Тесты, определяющие хореографические возможности учащихся.

Тесты можно использовать для детей среднего и старшего возраста, чтобы определить насколько повысился уровень их подготовки.

Тесты, позволяющие оценить подвижность шейного отдела позвоночника.

1. Наклонить голову вперёд. Подбородок должен коснуться груди.
2. Наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад.
3. Наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого.
4. Повернуть голову в сторону. Взгляд должен быть обращён точно в сторону.

***Тесты, определяющие эластичность мышц плечевого пояса
и подвижность плечевого сустава.***

1. Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
2. Встать спиной к стене на расстоянии длины стопы, руки в стороны ладонями вперёд. Коснуться пальцами стены, не отклоняя туловище от вертикали.
3. Встать спиной к стулу и взяться руками за его спинку хватом сверху (большие пальцы располагаются с наружной стороны). Слегка отставив вперед одну ногу и присесть как можно ниже, не отрывая руки от спинки стула и не отклоняя туловище от вертикали. Линии рук и туловища должны образовать прямой угол.
4. Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснуться пальцами одной руки пальцев другой. То же, поменяв положения рук.

***Тесты, позволяющие оценить подвижность локтевого сустава
и эластичность мышц плеча и предплечья.***

1. Встать перед зеркалом и вытянуть руки в стороны. В норме предплечье должно составить с плечом прямую линию.
2. Положить на стол руки, согнутые в локтевом суставе на 90°. При повороте внутрь кисть должна касаться ладонью стола, а при повороте – тыльной поверхностью.

***Тесты для оценки подвижности лучезапястного сустава,
эластичности мышц кисти и предплечья.***

1. Вытянуть руки вперёд и опустить кисти вниз – ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
2. Встать лицом к столу, поставить на него руки пальцами вперед, выпрямив локти и пальцы. Предплечье должно быть перпендикулярно тыльной стороне ладони.

3. Положить ладони на стол пальцами вперёд и подвинуть их как можно дальше в сторону мизинцев, не отрывая от стола и не сгибая. Основание указательного пальца должно оказаться на одной линии с локтевым краем предплечья.

***Тесты для определения подвижности голеностопного сустава,
эластичности мышц голени и стопы.***

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью стопы и голенью составляет 45-55°.
2. Встать лицом к спинке стула и опереться на неё руками. Отставить выпрямленную ногу от пола. Носки и колени направлены строго вперёд. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять 50-60°.
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Тесты для оценки гибкости позвоночника.

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперёд, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.
2. Лёжа на животе с закреплёнными стопами, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 сантиметров.
3. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 сантиметров друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
4. Сесть на стул лицом к его спинке и опереться руками в колени разведённых ног, не меняя положение таза и ног, повернуть голову назад. Ученик должен увидеть поднятые над головой руки партнёра, стоящего на расстоянии двух метров позади него.

***Тесты для оценки подвижности тазобедренных суставов,
эластичности мышц бедра.***

Тазобедренный сустав – самый большой из всех суставов. К нему прикреплены крупные, хорошо развитые мышцы, которые обеспечивают возможность выполнения разнообразных движений – ходьбы, бега, прыжков и многих других.

1. Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять её обеими руками за колено и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остаётся выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.
2. Лёжа на животе (подбородок касается пола), согнуть одну ногу и с помощью рук постараться коснуться её пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.
3. Сидя на жесткой поверхности, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90° .
4. В положении полулёжа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом внутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.
5. Сесть на стул, согнуть одну ногу и положить её стопой на колено другой. Голень согнутой ноги при помощи рук должна принять горизонтальное положение.

Текущий,

Тестирование по классическому танцу в форме соревнования и игры

Цель тестирования: помочь педагогам определить степень знаний терминологии по классическому танцу у детей.

Тестирование проводится в форме игры, соревнования между детьми.

Обучающиеся делятся на две группы, каждой из которых дается тест с вопросами и вариантами ответов. В конце теста есть буквы, каждая из которых соответствует определенному варианту ответа. Из этих букв ученики должны составить слово из терминологии классического танца. Чья команда первыми справится, те и победили. Тестирование легкое, рассчитано для детей, изучающих классический танец 2-3 год (дети 7-9 лет). Можно провести это тестирование и в конце первого года обучения на усмотрение педагога и если танцевальный коллектив специализируется на классическом танце.

На основе данного тестирования педагоги могут составить свои вопросы по предмету. Третий вариант тестирования более сложный, предназначен для детей от 10 лет.

Для облегчения понимания теста, правильные ответы помечены красным цветом.

Тест игра по теме: Классический танец (1 вариант)

1. Одно из главных выразительных средств балетного искусства, это:

а) хип-хоп

(1)

б) классический танец (2)

в) брейк денс (3)

2. Сколько позиций ног в классическом танце?

а) 5 (4)

б) 7 (5)

в) 6 (6)

3. В переводе с французского языка означает «Большой».

а) Шажман (7)

б) Адажио (8)

в) Гранд (9)

4. Нога, на которую перенесен центр тяжести корпуса танцовщика?

а) опорная нога (10)

б) рабочая нога (11)

в) свободная нога (12)

5. Приспособление для упражнений танцовщиков, это:

а) стул (13)

б) станок (14)

в) табуретка (15)

6. Тест игра по теме: Классический танец (2 вариант)

1. Сколько позиций рук в классическом танце?

а) 3 (1)

б) 4 (2)

в) 6 (3)

2. Положение одной или двух ступней на полу, при котором пятки подняты, называется:

а) пуанте(4)

б) батман тандю (5)

в) полупальцы(6)

3. Движения, «танец» рук :

а) рондежамб(7)

б) пордебра(8)

в) фондю (9)

4. Нога, освобожденная от тяжести тела и выполняющая движения:

а) опорная нога (10)

б) рабочая нога (11)

в) свободная нога (12)

5. Медленное приседание, сгибание ног:

а) релеве лян (13)

б) жете (14)

в) плие(15)

Форма проведения **итогового** занятия по народно-сценическому танцу: - проводится в форме контрольного урока или класс -концерта.

Структура:

а) Экзерсис у станка;

б) Экзерсис на середине зала;

в) Исполнение этюдов; учащиеся исполняют заранее подготовленные преподавателем и проученные учащимися комбинации (этюды). Комбинации (этюды) составляются преподавателем из движений, указанных в перечне составляющих движений (элементов). Порядок исполнения комбинаций в экзерсисах должен соответствовать традиционным требованиям построения экзерсисов народно-сценического танца.

2.5. Методические материалы.

Методы и приемы обучения.

Методы и приемы обучения, применяемые на занятиях, можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы с ярко-выраженной психолого-педагогической доминантой, а так же более локальные, частные, специфические приемы, в которых преобладает хореографическая составляющая. Хореографы-практики хорошо понимают, что такой «водораздел» методического инструментария носит теоретический характер. «КПД» (коф. полезн деят.) эффективности таких методов-приемов в разно- и многообразии, в неожиданных комбинационных сочетаниях, в органичном переплетении, в их комплексном воздействии с активным включением в работу как можно большего числа анализаторов – рецепторов ребенка. Тогда они задействуют, возбуждают наибольшее количество мыслей, чувств и эмоций, тем самым творчески иницируя его к самостоятельным поступкам-действиям.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- обратный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;

- прием тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий;

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- прием раскладки хореографического па;
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации;
- прием словесной репрезентации образа хореографического движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой прием. Ценным методом стимулирования интереса к учению можно назвать метод познавательных игр, который опирается на создание в учебном процессе игровых ситуаций. Игра давно уже используется как средство возбуждения интереса к учению. Играя – оздоравливать, играя – воспитывать, играя – развивать, играя – обучать.
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и переплясность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный прием обучения позволил соединить элементы различных предметов (гимнастики, музыки, хореографии), способствуя эффективной реализации программы.
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- прием пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический прием;

- хореографическая импровизация.

Методические рекомендации по выполнению общеразвивающих упражнений.

Приемом обучения служит показ и объяснение. Однако, обогащение двигательного опыта детей, позволяет чаще применять объяснение без наглядного сопровождения или показ только отдельных элементов упражнения. Образец выполнения упражнений педагог дает в различных, по отношению к детям, положениях: лицом, спиной, боком.

Желательно, чтобы в течение года в показе упражнений приняли участие все дети, при этом готовить к этому их следует заранее. Освоение техники движений должно проходить поэтапно (по одному-двум элементам). Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учетом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребенка. При этом необходимо отмечать успехи всех детей и подбадривать тех, у кого пока не все получается. Следует развивать умение детей анализировать свои движения, оценивать качество их выполнения, замечать ошибки и исправлять их. Для повышения моторной плотности занятий необходимо использовать разнообразные способы организации детей: выполнение движений по подгруппам, фронтально, индивидуально.

Стремясь обеспечить высокую двигательную активность детей, педагог вместе с тем не должен занижать требования к качеству выполнения упражнений, забывать про воспитательные и оздоровительные задачи. Необходимо включать упражнения по формированию правильной осанки и предупреждению плоскостопия.

На каждом занятии дети выполняют 6-8 общеразвивающих упражнений из разных положений (включая основную стойку) по 5-6 раз. Ребенок должен не только точно соблюдать направления движений, его амплитуду, темп, правильно занимать исходное положение, но и точно выполнять промежуточное, а также конечное положение. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий: сесть из положения лежа на спине, опустить ноги, поднятые вверх, под углом и т.д. (они выполняются в среднем темпе, кроме тех, которые легче делать в быстром).

На этапе закрепления и совершенствования движений, учащийся сознательно воспринимает задание, действует целенаправленно, точно, красиво, выразительно. Как правило, для разучивания на одном занятии следует брать одно новое движение и 2-3 для закрепления. Не следует подряд движения, воздействующие на одну и ту же группу мышц. Каждое основное движение осваивается не менее, чем на 2-2 занятиях подряд, с последовательной отработкой отдельных элементов, при этом приемы обучения, способы организации детей изменяются.

Возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя, на носках, на одной ноге, в заданной позе). Все виды упражнений на равновесие требуют от ребенка сосредоточенности, внимания, волевых усилий, поэтому их лучше проводить до упражнений на развитие силы, выносливости.

На занятиях проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых выполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений и за тем, чтобы сами дети выполняли правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические, нравственно-волевые качества. Деятельность детей в игре оценивается всеми ее участниками, при этом важно отмечать проявления взаимовыручки, соблюдения правил, качество двигательных действий, самостоятельность в организации и проведении игр.

Хореографическое искусство как зрелищный вид искусства на сегодняшний день стремительно развивается. В соответствии с этим, растут и требования, предъявляемые к танцорам не только с точки зрения музыкальности, лёгкости и пластичности исполнения, но и повышенного внимания, к физической подготовке. Неотъемлемым компонентом образовательного процесса является диагностика, с помощью которой определяется результат достижения поставленных целей.

Сохранение здоровья воспитанников.

Все учащиеся студии хореографии проходят ежегодный инструктаж. Также существуют правила безопасности на занятиях. Они включают в себя специальную форму одежды, обувь, причёску, отсутствие украшений, определенные правила поведения. В кабинете для занятий проводится ежедневная влажная уборка, проветривается помещение, выполняется температурный режим. Все учащиеся студии допущены к занятиям по состоянию здоровья, о чем свидетельствует справка от врача-педиатра. Со стороны педагога и родителей ведется наблюдение об изменении состояния здоровья.

3.Список литературы.

1. Андрианова У. Л. // Народное творчество – 1995. - №5, 6; 1996.
2. Богданов Г.Д. Уроки русского народного танца – М.,1995. 312с.
- 3.Борзов А.А. Народно-сценический танец: программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств / А.А. Борзов. – М.: ЦНМК, 1983. – 31 с.
4. Бочаров А.Н., Лопухов В.Р., Ширяев А.В. Основы характерного танца. Л. – М., 1939. 216с.
5. Бурмистров Н.И. Деревенский перепляс // Народное творчество. – 2000. - №2.
6. Голейзовский К.Я. Образы русской народной хореографии – М.: Искусство, 1964. 253с.

7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учебное пособие для студентов хореографических факультетов вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. М.: ВЛАДОС,2004. – 232с.
8. Забылин М.М. Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия / Сборник. – М.: 1992. 302с.
9. Захаров В.В. Радуга русского танца– М.: Сов. Россия. 1986. 215с.
10. Заикин Н.И. Фольклорный танец и его сценическая обработка – М.: 1991. 204с.
11. Захаров В.В.Образы русского танца – М., 1986. - 326с
12. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. Учебное пособие. Орел – 1999. 551с.
13. Заикин, Н.И., Заикина, Н.А. Областные особенности русского народного танца Учебное пособие. Часть 2 // . – Орел, 2004. – 688 с.
14. Зацепина К.Ф., Климов А.В., Рихтер К.Е. Народно-сценический танец. Часть 1. М.: 1976. 261с.
15. Климов А.Д. Основы русского народного танца – М., 1999. – 453с.

4.Приложения.

Перечень тем бесед

Первый год обучения:

1. Беседа «О здоровье». Включает в себя устный опрос, разбор ситуации.
2. Беседа «Русские традиции и обычаи, отраженные в народной хореографии».
3. Народный костюм. Из чего состоит? Костюм праздничный и повседневный, мужской и женский, для разного времени года. Костюм Калужской области.
4. «Что такое Классический танец». Просмотр фотографий, видеоматериала. Знакомство с анатомией человека.
5. «Путешествие в мир танца». Танцы разных эпох.
6. «Танец сегодня». О современных тенденциях и направлениях.

Второй год обучения:

1. «Что такое Классический танец». Просмотр фотографий, видеоматериала. Знакомство с анатомией человека.
2. Просмотр видеосюжетов выступлений студии.
3. Танцы Славянских народов. Их сходства и различия. На примере Украинского, Белорусского, Молдавского танцев.
4. Ведущие коллективы Калужской области. Где учат танцевать? Видеообзор. Посещение отчетного концерта одного из Калужских коллективов, и посещение Калужского колледжа культуры.
5. Региональные особенности Русского народного танца. Видеопросмотр ансамбля танца «Русь». Костюмы разных областей.
6. Ансамбль танца им. Моисеева. История создания, значение коллектива. Просмотр видеоматериала.
7. Просмотр и обсуждение конкурсных и концертных номеров.
8. Лучшие коллективы России.
9. «Современный балет».

Приложение 2

Работа с родителями.

С первого дня посещения студии ведется непрерывная и поэтапная работа с родителями. Она включает в себя:

1. Составление расписания уроков и другие организационные вопросы учебного процесса.
2. Индивидуальные встречи и беседы.
3. Помощь в создании сценических костюмов.
4. Помощь в организации концертной деятельности.
5. Открытые уроки и итоговые занятия.
6. Огоньки для учащихся.
7. Организация выпускных вечеров для учащихся.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 324087357327968961775297076797709129534246061548

Владелец Титова Ольга Витальевна

Действителен с 25.09.2024 по 25.09.2025