



<p>«Рассмотрено»</p> <p>Протокол заседания педагогического совета № <u>1</u></p> <p>от <u>30.08</u> 2019г.</p>	<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора МБУДО «ОД хореографическая школа им. Э.М. Панковой»</p> <p><i>А. Гусева</i></p> <p>ФИО</p> <p>от <u>30.08</u> 2019г.</p>	<p>«Утверждено»</p> <p>Директор МБУДО «ОД хореографическая школа им. Э.М. Панковой»</p> <p><i>Люд. Меркулов К.Г.</i></p> <p>ФИО</p> <p>от <u>30.08</u> 2019г.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Возраст учащихся –6,5-11 лет
Срок обучения -4 года

Содержание

I. Пояснительная записка

II. Планируемые результаты освоения программы

III. Учебный план

IV. График образовательного процесса

V. Программы учебных предметов

VI. Система и критерии оценок промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы

Орловская детская хореографическая школа им. Э. М. Панковой

І. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа **«Основы хореографического искусства»** разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21 ноября 2013 года № 191-01-39/06-ГИ.

Цель общеразвивающей общеобразовательной программы «Основы хореографического творчества» заключается в общей хореографической подготовке детей, способствующей воспитанию эстетического вкуса и развитию танцевальных и музыкальных способностей, содействию общему физическому развитию детей, укреплению их здоровья.

Задачи программы:

- Развитие интереса к хореографическому творчеству;
- Овладение учащимися основными исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять хореографические композиции, как соло, так и в ансамбле;
- Развитие музыкальных способностей: слуха, ритма, памяти и музыкальности;
- Стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности в ансамбле;
- Развитие чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательнотанцевальных способностей, артистизма;
- приобретение обучающимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений.

Требования к условиям реализации программы

С целью обеспечения высокого качества образования, его доступности, открытости, привлекательности для обучающихся, их родителей (законных представителей) и всего общества, духовно-нравственного развития, эстетического воспитания и художественного становления личности Школа создаст комфортную развивающую образовательную среду, обеспечивающую возможность:

- выявления и развития одаренных детей в области хореографического искусства;
- организации творческой деятельности обучающихся путем проведения творческих мероприятий (конкурсов, фестивалей, мастер-классов), концертов, творческих вечеров, театрализованных представлений и др.);

- организации посещений обучающимися учреждений культуры и организаций (филармоний, выставочных залов, театров, музеев и др.);

- использования в образовательном процессе образовательных технологий, основанных на лучших достижениях отечественного образования в сфере культуры и искусства, а также современного развития хореографического искусства и образования; эффективной самостоятельной работы обучающихся при поддержке педагогических работников и родителей (законных представителей) обучающихся;

Нормативный срок освоения программы «*Основы хореографического искусства*» для детей, поступивших в образовательное учреждение в возрасте от 6,5 до 11 лет включительно составляет 4 года.

Организация учебного процесса у обучающихся по программе «*Основы хореографического искусства*» осуществляется следующим образом: учебные предметы учебного плана осуществляется в форме групповых занятий. Количественный состав классов в среднем 10-12 человек.

Продолжительность урока в 1 классе – 30 минут, со 2 по 4 – 40 минут

По окончании освоения общеразвивающей программы, выпускникам выдается документ, форма которого разрабатывается учреждением самостоятельно

Оценка качества

Оценка качества реализации ОП включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся. В качестве средств текущего контроля успеваемости в Школе могут использоваться контрольные уроки, концерты, просмотры. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях. По завершении изучения учебных предметов по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка.

Содержание промежуточной аттестации и условия ее проведения разрабатываются Школой самостоятельно.

Библиотечный фонд

Реализация программы обеспечивается доступом каждого обучающегося к библиотечным фондам и фондам фонотеки, аудио- и видеозаписей. Библиотечный фонд Школы укомплектован печатными и/или электронными изданиями основной и дополнительной учебной и учебно-методической

литературы по всем учебным предметам, а также изданиями музыкальных произведений и балетной литературы.

Кадровый ресурс.

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками, имеющими среднее или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного предмета.

Финансовые условия реализации программы

При реализации программы запланирована работа концертмейстеров с учетом сложившихся традиций и методической целесообразности.

Материально-технические условия

Материально-техническая база Школы соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Школа соблюдает своевременные сроки текущего и капитального ремонта учебных помещений. Школа располагает необходимым для реализации программы перечнем учебных аудиторий, специализированных кабинетов и включает в себя:

- театрально-концертный зал с роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием,
- библиотеку,
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий,
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- 6 балетных залов площадью 100 кв.м. (на 12-14 обучающихся) 4 балетных зала площадью 38 кв.м и 5 классов для индивидуальной работы площадью 15 кв.м, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол),
- балетные станки (палки)
- зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В Школе созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения программ является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

Гимнастика:

- знание анатомического строения тела;
- знание приемов правильного дыхания;
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координации движений.

Ритмика:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Основы классического танца:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знаний принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умений исполнять танцевальные номера;
- умений определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умений самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- навыков владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыков ансамблевого исполнения танцевальных номеров;

- навыков сценической практики;
- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы.

Постановка концертных номеров:

- умение осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;
- умение работы в танцевальном коллективе;
- умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- умение понимать и исполнять указание преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции,
- навыки участия в репетиционной работе.

III. Учебный план.

Учебный план (Приложение 1) разработан Учреждением самостоятельно в соответствии с Законом российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании» на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств».

Учебный план по программе «**Основы хореографического искусства**» отражает ее структуру в части наименования предметных областей и учебных предметов, аудиторных часов по учебному предмету, общее количество часов.

IV. График образовательного процесса

График образовательного процесса (Приложение 2) определяет его организацию и отражает: срок реализации образовательной программы, бюджет времени образовательного процесса (в неделях), предусмотренного на аудиторные занятия, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся, каникулы, резерв учебного времени, а также свободные данные по бюджету времени. Продолжительность учебного года составляет 37 недель, (см. Приложение). Продолжительность учебных занятий с первого по третий год обучения составляет 34 недели. Осенние, весенние каникулы в учебном году не предусматриваются. При реализации программы «Основы хореографического творчества» со сроком обучения 4 года летние каникулы устанавливаются со сроком 13 недель.

V. Программы учебных предметов

ГИМНАСТИКА

Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Дополнительные образовательные программы и дополнительные образовательные услуги реализуются в целях всестороннего удовлетворения образовательных потребностей граждан, общества, государства. Одной из дополнительных услуг, которая востребована и в настоящее время - является хореографическое искусство.

Танец – прекрасный вид искусства, в котором гармонично сочетаются музыка и пластика движений. Средствами танца достигается техническое совершенство и, самое главное, культура движений, а также тренируется мышечный аппарат будущего исполнителя. Партерная гимнастика дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развитие природных физических данных, формирует основные двигательные качества и навыки, необходимые для успешного освоения классического, историко-бытового, современного и других направлений танцев.

Учитывая физиологические качества организма человека, занятия гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста. За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивает и закрепляет гибкость, координацию, точность движений. Выполняя упражнения гимнастики, ребенок познает себя, раскрывает свои физические возможности, приобретает определенные навыки, которые могут пригодиться в будущем.

Важным является наличие музыкального сопровождения для исполнения всех элементов. Это создает особую атмосферу в классе, воспитывая музыкальность и выразительность у детей в момент исполнения сложных упражнений. Такое исполнение уводит от сухого исполнительства и помогает большей свободе при выполнении движений.

2. Срок реализации учебного предмета «Гимнастика».

Срок освоения общеразвивающей программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в возрасте с 7 до 11 лет, составляет 4 года.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Гимнастика».

Срок обучения – 4 года

Срок обучения/количество часов	Количество часов (общее на 4года)
Максимальная нагрузка	262

Количество часов на аудиторную нагрузку	33
Количество часов на внеаудиторную (самостоятельную) работу	-
Недельная нагрузка	2 (во 2 классе 1 час)
Самостоятельная работа (часов в неделю)	-

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Программа рассчитана на 4 года обучения. Возраст обучающихся 7-11 лет. Занятия проводятся по 2 часа в неделю. Для занятий гимнастикой можно использовать как хореографические классы, так и спортивный зал.

5. Цели и задачи учебного предмета «Гимнастика».

Цель учебного предмета – развить природные физические данные учащихся, сформировать у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для дальнейшего занятия хореографическим искусством.

Целью данной программы является:

- улучшение показателей иммунитета;
- повышение уровня физической и умственной работоспособности;
- формирование правильной осанки;
- укрепление мышечного корсета;
- развитие опорно-двигательного аппарата и координации движений.

Для реализации полученных целей предстоит решить ряд различных **задач:**

Обучающие (познавательные)

- расширение кругозора обучающихся;
- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата;
- укрепление и развитие силы мышц, эластичности связок, гибкости позвоночника, подвижности суставов, выносливости;
- формирование навыков культуры движений;
- развитие познавательных процессов (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления), чувства коллективизма;
- воспитание мотивации к занятиям хореографическим искусством;
- способствовать формированию личности инициативной, ответственной, целеустремленной, умеющей самостоятельно принимать решения.

Ожидаемые результаты по программе:

- формирование основных двигательных качеств и навыков

- развитие природных физических данных
- выработка правильности и чистоты исполнения упражнений
- развитие координации
- соединение теоретических знаний и практической деятельности

Развитие организованности и самостоятельности (контроль и самоконтроль).

6. Обоснование структуры учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются требования, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение УП;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- метод организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (самоанализ ребенка).

Предложенные методы работы по гимнастике в рамках общеразвивающей образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

8. Описание материально-технических условий реализации

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории для групповых занятий по учебному предмету «Гимнастика» балетные станки, шведские стенки, зеркала размером 7м x 2м, звукоизоляцию и наличие музыкального инструмента.

Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Гимнастика».

Срок обучения – 4 года

Класс	Распределение времени по годам обучения			
	1	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	36	36	36	36
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	1	2	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	72	36	72	36
	213			

Программой предусматривается в каждом учебном году (помимо часов, отведенных на изучение нового материала) часы проведения контрольных уроков. В конце второго и четвертого года обучения проводится экзамен по данному предмету.

2. Требования по годам обучения

Настоящая программа отражает разнообразие специальных упражнений для выработки большого числа новых все усложняющихся двигательных навыков, а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику.

Преподаватель в работе должен учитывать, что большинство упражнений предназначаются для исполнения, а остальные - для работы в классе или просто ознакомления. Следовательно, преподаватель может устанавливать степень завершенности работы по освоению движений гимнастики.

В гимнастике требуются определённые навыки владения своим телом такие как:

- ловкость;
- гибкость;
- сила мышц;
- быстрота реакции;
- координация движений.

Срок обучения 4 года.

1 класс

Цель: ознакомление детей с работой опорно–двигательного аппарата.

Задачи: укрепление общефизического состояния учащихся, развитие двигательных функций (выворотности ног, гибкости корпуса, шага, прыжка)

Рекомендуемый набор упражнений для 1 класса:

1. Упражнения для стоп:

- сокращение стоп по 6 позиции вместе и поочередно с наклонами головы вправо и влево.
- движения стоп из 6 позиции раскрыть в 1 позицию с сокращенными стопами.
- круговые движения стоп вместе и поочередно.
- стоя у станка по 6 позиции releve на полупальцы вместе и поочередно.
- шаги с носка, на полупальцах, на пятках, с поочередным подниманием колена.

2. Упражнения на выворотность:

- «лягушка» сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине, с наклоном вперед.
- « бабочка» сидя стопы подтянуты к себе, руки сзади колени выворотню пружинными движениями колени собираются вместе и раскрываются до пола.
- «ракушка» сидя стопы подтянуты к себе колени раскрыты в стороны руки подняты вверх, максимально прижать корпус к пяткам руки вперед затем подняться.
- наклоны корпуса вперед ноги врозь.
- наклон вперед правая нога согнута в коленном суставе в сторону, левая вытянута наклоны корпуса вперед, тоже повторить с другой ноги.
- наклон корпуса в позе « лотос».
- «флажок» и.п. лежа ноги вместе руки вдоль туловища, поочередно сгибая ногу в колене вверх развернуть в выворотное положение носок у колена затем вытянуть в и.п.

3. Упражнение на гибкость вперед:

- наклон вперед ноги вместе из положения сидя и лежа, движение можно исполнять с предметом и с сокращенными стопами по мере его усложнения.
- «улитка» в положении сидя подтянуть колени к груди и вернуть в и.п.
- и. п. стоя по 6 позиции наклон корпуса вперед коснуться ладонями пола с приседанием в упор присев следить, чтобы пятки не отрывались от пола.
- и. п. стоя у станка по 2 параллельной позиции руки лежат на станке наклон вперед до уровня 90 градусов.

- сидя на пятках наклон корпуса вперед с вытянутыми руками вперед коснуться грудной клеткой колен.
- и. п. лежа руки вдоль туловища, перекаты ног за голову.
- и. п. сидя ноги вместе подтягивая поочередно колено до груди обхватить стопу руками и вывести вверх затем вернуть в и. п.

4. Упражнения на гибкость назад:

- «змейка» и. п. лежа на животе руки согнуты в локтях и прижаты к корпусу, port de bras назад на предплечьях, также на вытянутых руках.
- «парус» лежа на животе сделать захват голеностопного сустава руками и вытянуть одновременно вверх, зафиксировать положение.
- «радуга» сидя на пятках взяться за стопы затем выталкивая живот вперед прогнуться не отпуская рук.
- «кошечка – собачка» и. п. стоя на коленях с упором ладонями в пол максимально выгнуть спину, затем прогнуться в пояснице потянув затылок к ягодицам.
- и. п. стоя на коленях ладонями в пол поочередные броски натянутых ног назад вверх.
- мост из положения лежа.

5. Силовые упражнения для мышц живота:

- «ежик» и. п. лежа на спине руки вверх одновременно собрать колени к груди обхватив руками за голень затем раскрыться в исходное положение.
- и. п. лежа на спине медленное поднятие двух ног на 90 градусов с сокращенными стопами и вернуть в и. п.
- «Ванька-встанька» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, не отрывая ног от пола поднять корпус до положения сидя руки поставить на пояс затем вернуться в и. п.
- «колесо» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, одновременно завести две ноги за голову взяться руками за стопы перевернуться в наклон не отпуская рук раскрыться в и. п.
- и.п. сидя руки сзади ладони прижаты к полу поочередное поднятие ног на 45 градусов с сокращенной стопой.
- «уголок» из положения сидя поддерживая спину упором рук сзади на полу.
- «березка» стойка на лопатках с помощью рук под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины:

- «птичка» и. п. лежа на животе руки в стороны, подъем корпуса вверх ноги вместе прижаты к полу.
- «скорпион» и. п. лежа на животе руки вдоль туловища упор ладонями в пол подъем прямых ног.

- «кобра» и. п. лежа на животе руки в замок за голову локти раскрыты в стороны ноги натянуты и прижаты к полу подъем корпуса вверх.
- и. п. лежа на животе поочередное поднятие правая рука левая нога вверх затем поменять.
- наклоны корпуса из положения сидя ноги врозь руки в замок за головой (вправо влево и посередине)
- наклоны корпуса из положения стоя ноги врозь руки вытянуты вверх (вправо влево и посередине)
- «рыбка» и. п. лежа на животе одновременно поднять руки и ноги вверх и зафиксировать положение.
- «лодочка» и.п. лежа на животе поочередное отталкивание рук и ног от пола.

7. Упражнения для развития шага:

- и.п. лежа на спине подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки.
- и. п. лежа на спине руки вдоль туловища подъем ноги на 90 градусов с выворотной и сокращенной стопой.
- и.п. лежа на спине ноги поднять на 90 градусов поочередно и вместе рывковыми движениями раскрыть в стороны с сокращенными стопами.
- battement releve lent на 90 градусов руки вдоль туловища.
- и. п. стоя у станка по 6 позиции выпады назад с пружинным движением на опорную ногу с прямым корпусом.
- «флажок» у станка поднятие колена вверх с помощью рук из 1 позиции.
- полушпагаты, с прогибом корпуса назад.
- «циркуль» как подготовка к поперечному шпагату.

8. Прыжки:

- прыжки на двух ногах по 6 позиции с продвижением.
- перескоки с ноги на ногу.
- подскоки на месте и с продвижением.
- прыжки с поджатыми ногами у станка и на середине.
- temps leve sauté по 6 позиции у станка и на середине.

2 класс.

Цель: укрепление общефизического состояния за счет увеличения качества упражнений.

Задачи: дальнейшее развитие выворотности ног путем специальных упражнений, которые помогут учащимся овладеть основными позициями классического танца, и укрепление общефизического состояния за счет увеличения качества упражнений.

Рекомендуемый набор упражнений для 2 класса:

1. Упражнения для стоп:

- сокращение стоп по 6 позиции вместе и поочередно с наклонами головы вправо и влево.
- движения стоп из 6 позиции раскрыть в 1 позицию с сокращенными стопами.
- круговые движения стоп вместе и поочередно.
- стоя у станка по 6 позиции releve на полупальцы вместе и поочередно.
- шаги с носка, на полупальцах, на пятках, с поочередным подниманием колена.
- упражнения для ахиллового сухожилия – сидя на полу ноги вместе захват стоп руками приподнять пятки от пола.
- и. п. сидя подтянуть колени к груди стопы взять руками вытянуть ноги вперед вместе с туловищем не отпуская рук и вернуться в и. п.
- «страусы» ходьба на прямых ногах с захватом рук за голеностопный сустав.

2. Упражнения на выворотность:

- «лягушка» сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине, с наклоном вперед.
- «бабочка» сидя стопы подтянуты к себе, руки сзади, колени выворотной пружинными движениями колени собираются вместе и раскрываются до пола.
- «ракушка» сидя, стопы подтянуты к себе, колени раскрыты в стороны, руки подняты вверх, максимально прижать корпус к пяткам руки вперед затем подняться.
- наклоны корпуса вперед ноги врозь.
- наклон вперед правая нога, согнутая в коленном суставе левая вытянута наклоны корпуса вперед, тоже повторить с другой ноги.
- наклон корпуса в позе «лотос».
- «флажок» и. п. лежа ноги вместе руки вдоль туловища, поочередно сгибая ногу в колене вверх развернуть в выворотное положение носок у колена затем вытянуть в и. п.

3. Упражнение на гибкость вперед:

- наклон вперед ноги вместе из положения сидя и лежа, движение можно выполнять с предметом и с сокращенными стопами по мере его усложнения.
- «улитка» в положении сидя подтянуть колени к груди и вернуть в и. п.
- и. п. стоя по 6 позиции наклон корпуса вперед коснуться ладонями пола с приседанием в упор присев следить чтобы пятки не отрывались от пола.
- и. п. стоя у станка по 2 параллельной позиции руки лежат на станке наклон вперед до уровня 90 градусов.

- сидя на пятках наклон корпуса вперед с вытянутыми руками вперед коснуться грудной клеткой колен.
- и. п. лежа руки вдоль туловища , перекаты ног за голову.
- и. п. сидя ноги вместе подтягивая поочередно колено до груди обхватить стопу руками и вывести вверх затем вернуть в и. п.

4. Упражнения на гибкость назад:

- «змейка» и. п. лежа на животе руки согнуты в локтях и прижаты к корпусу, port de bras назад на предплечьях, также на вытянутых руках.
- «парус» лежа на животе сделать захват голеностопного сустава руками и вытянуть одновременно вверх , зафиксировать положение.
- «радуга» сидя на пятках взяться за стопы затем выталкивая живот вперед прогнуться не отпуская рук.
- «кошечка – собачка» и. п. стоя на коленях с упором ладонями в пол максимально выгнуть спину затем прогнуться в пояснице потянув затылок к ягодицам.
- и. п. стоя на коленях ладонями в пол поочередные броски натянутых ног назад вверх.
- мост из положения лежа.

5. Силовые упражнения для мышц живота:

- «ежик» и. п. лежа на спине руки вверх одновременно собрать колени к груди обхватив руками за голень затем раскрыться в исходное положение.
- и. п. лежа на спине медленное поднятие двух ног на 90 градусов с сокращенными стопами и вернуть в и. п.
- «Ванька-встанька» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе , не отрывая ног от пола поднять корпус до положения сидя руки поставить на пояс затем вернуться в и. п.
- «колесо» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, одновременно завести две ноги за голову взяться руками за стопы перевернуться в наклон вперед не отпуская рук раскрыться в и. п.
- и.п. сидя руки сзади ладони прижаты к полу поочередное поднятие ног на 45 градусов с сокращенной стопой.
- «уголок» из положения сидя поддерживая спину упором рук сзади на полу.
- «березка» стойка на лопатках с помощью рук под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины:

- «птичка» и. п. лежа на животе руки в стороны , подъем корпуса вверх ноги вместе прижаты к полу.
- «скорпион» и. п. лежа на животе руки вдоль туловища упор ладонями в пол подъем прямых ног.

- «кобра» и. п. лежа на животе руки в замок за голову локти раскрыты в стороны ноги натянуты и прижаты к полу подъем корпуса вверх.
- и. п. лежа на животе поочередное поднятие правая рука левая нога вверх затем поменять.
- наклоны корпуса из положения сидя ноги врозь руки в замок за головой (вправо влево и посередине)
- наклоны корпуса из положения стоя ноги врозь руки вытянуты вверх (вправо влево и посередине)
- «рыбка» и. п. лежа на животе одновременно поднять руки и ноги вверх и зафиксировать положение.
- «лодочка» и.п. лежа на животе поочередное отталкивание рук и ног от пола.

7. Упражнения для развития шага:

- и.п. лежа на спине подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки.
- и. п. лежа на спине руки вдоль туловища подъем ноги на 90 градусов с выворотной и сокращенной стопой.
- и.п. лежа на спине ноги поднять на 90 градусов поочередно и вместе рывковыми движениями раскрыть в стороны с сокращенными стопами.
- battement releve lent на 90 градусов руки вдоль туловища.
- и. п. стоя у станка по 6 позиции выпады назад с пружинным движением на опорную ногу с прямым корпусом.
- «флажок» у станка поднятие колена верх с помощью рук из 1 позиции.
- полушпагаты , с прогибом корпуса назад.
- «циркуль» как подготовка к поперечному шпагату.

8. Прыжки:

- прыжки на двух ногах по 6 позиции с продвижением.
- перескоки с ноги на ногу.
- подскоки на месте и с продвижением.
- прыжки с поджатыми ногами у станка и на середине.
- temps leve sauté о 6 позиции у станка и на середине.

3 класс.

Цель: воспитание силы и выносливости.

Задачи: выработка навыков правильности и чистоты исполнения упражнений, дальнейшее воспитание силы и выносливости.

Рекомендуемый набор упражнений для 3 класса:

1. Упражнения для стоп:

- сокращение стоп по 6 позиции вместе и поочередно с наклонами головы вправо и влево.
- движения стоп из 6 позиции раскрыть в 1 позицию с сокращенными стопами.
- круговые движения стоп вместе и поочередно.
- стоя у станка по 6 позиции releve на полупальцы вместе и поочередно.
- шаги с носка, на полупальцах, на пятках, с поочередным подниманием колена.
- упражнения для ахиллового сухожилия –сидя на полу ноги вместе захват стоп руками приподнять пятки от пола.
- и. п. сидя подтянуть колени к груди стопы взять руками вытянуть ноги вперед вместе с туловищем не отпуская рук и вернуться в и. п.
- « страусы» ходьба на прямых ногах с захватом рук за голеностопный сустав.

2. Упражнения на выворотность:

- «лягушка» сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине, с наклоном вперед.
- «бабочка» сидя стопы подтянуты к себе руки сзади колени выворотной пружинными движениями колени собираются вместе и раскрываются до пола.
- «ракушка» сидя стопы подтянуты к себе, колени раскрыты в стороны, руки подняты вверх, максимально прижать корпус к пяткам руки вперед затем подняться.
- наклоны корпуса вперед ноги врозь.
- наклон вперед правая нога согнута в коленном суставе в сторону, левая нога вытянута наклоны корпуса вперед, тоже повторить с другой ноги.
- наклон корпуса в позе « лотос».
- «флажок» и. п. лежа ноги вместе руки вдоль туловища, поочередно сгибая ногу в колене вверх развернуть в выворотное положение носок у колена затем вытянуть в и. п.

3. Упражнение на гибкость вперед:

- наклон вперед ноги вместе из положения сидя и лежа , движение можно исполнять с предметом и с сокращенными стопами по мере его усложнения.
- « улитка» в положении сидя подтянуть колени к груди и вернуть в и. п.
- и. п. стоя по 6 позиции наклон корпуса вперед коснуться ладонями пола с приседанием в упор присев следить чтобы пятки не отрывались от пола.
- и. п. стоя у станка по 2 параллельной позиции руки лежат на станке наклон вперед до уровня 90 градусов.
- сидя на пятках наклон корпуса вперед с вытянутыми руками вперед коснуться грудной клеткой колен.

- и. п. лежа руки вдоль туловища, перекаты ног за голову.
- и. п. сидя ноги вместе подтягивая поочередно колено до груди обхватить стопу руками и вывести вверх затем вернуть в и. п.

4. Упражнения на гибкость назад:

- «змея» и. п. лежа на животе руки согнуты в локтях и прижаты к корпусу, port de bras назад на предплечьях, также на вытянутых руках.
- «парус» лежа на животе сделать захват голеностопного сустава руками и вытянуть одновременно вверх, зафиксировать положение.
- «радуга» сидя на пятках взяться за стопы затем выталкивая живот вперед, прогнуться, не отпуская рук.
- «кошечка – собачка» и. п. стоя на коленях с упором ладонями в пол максимально выгнуть спину, затем прогнуться в пояснице потянув затылок к ягодицам.
- и. п. стоя на коленях ладонями в пол поочередные броски натянутых ног назад вверх.
- мост из положения лежа.

5. Силовые упражнения для мышц живота:

- «ежик» и. п. лежа на спине руки вверх одновременно собрать колени к груди обхватив руками за голень затем раскрыться в исходное положение.
- и. п. лежа на спине медленное поднятие двух ног на 90 градусов с сокращенными стопами и вернуть в и. п.
- «Ванька - встанька» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, не отрывая ног от пола поднять корпус до положения сидя руки поставить на пояс затем вернуться в и. п.
- «колесо» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, одновременно завести две ноги за голову, взяться руками за стопы перевернуться в наклон не отпуская рук раскрыться в и. п.
- и.п. сидя руки сзади ладони прижаты к полу поочередное поднятие ног на 45 градусов с сокращенной стопой.
- «уголок» из положения сидя поддерживая спину упором рук сзади на полу.
- «березка» стойка на лопатках с помощью рук под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины:

- «птичка» и. п. лежа на животе руки в стороны, подъем корпуса вверх ноги вместе прижаты к полу.
- «скорпион» и. п. лежа на животе руки вдоль туловища упор ладонями в пол подъем прямых ног.
- «кобра» и. п. лежа на животе руки в замок за голову локти раскрыты в стороны ноги натянуты и прижаты к полу подъем корпуса вверх.

- и. п. лежа на животе поочередное поднятие правая рука левая нога вверх затем поменять.
- наклоны корпуса из положения, сидя ноги врозь руки в замок за головой (вправо влево и посередине)
- наклоны корпуса из положения стоя ноги врозь руки вытянуты вверх (вправо влево и посередине)
- «рыбка» и. п. лежа на животе одновременно поднять руки и ноги вверх и зафиксировать положение.
- «лодочка» и.п. лежа на животе поочередное отталкивание рук и ног от пола.

7. Упражнения для развития шага:

- и.п. лежа на спине подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки.
- и. п. лежа на спине руки вдоль туловища подъем ноги на 90 градусов с выворотной и сокращенной стопой.
- и.п. лежа на спине ноги поднять на 90 градусов поочередно и вместе рывковыми движениями раскрыть в стороны с сокращенными стопами.
- battement releve lent на 90 градусов руки вдоль туловища.
- и. п. стоя у станка по 6 позиции выпады назад с пружинным движением на опорную ногу с прямым корпусом.
- «флажок» у станка поднятие колена вверх с помощью рук из 1 позиции.
- полу шпагаты , с прогибом корпуса назад.
- «циркуль» как подготовка к поперечному шпагату.

8. Прыжки:

- прыжки на двух ногах по 6 позиции с продвижением.
- перескоки с ноги на ногу.
- подскоки на месте и с продвижением.
- прыжки с поджатыми ногами у станка и на середине.
- temps leve saute о 6 позиции у станка и на середине.

4 класс

Цель: постепенно привести организм ученика к таким изменениям, которые делают его способным к наиболее значительным физическим напряжениям.

Задачи: повторение и закрепление материала, ранее изученного, проверка точности и чистоты исполнения пройденных движений, дальнейшее развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях.

Рекомендуемый набор упражнений для 4 класса:

1. Упражнения для стоп:

- сокращение стоп по 6 позиции вместе и поочередно с наклонами головы вправо и влево.
- движения стоп из 6 позиции раскрыть в 1 позицию с сокращенными стопами.
- круговые движения стоп вместе и поочередно.
- стоя у станка по 6 позиции releve на полупальцы вместе и поочередно.
- шаги с носка, на полупальцах, на пятках, с поочередным подниманием колена.
- упражнения для ахиллового сухожилия – сидя на полу ноги вместе захват стоп руками приподнять пятки от пола.
- и. п. сидя подтянуть колени к груди стопы взять руками вытянуть ноги вперед вместе с туловищем не отпуская рук и вернуться в и. п.
- «страусы» ходьба на прямых ногах с захватом рук за голеностопный сустав.

2. Упражнения на выворотность:

- «лягушка» сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине, с наклоном вперед.
- «бабочка» сидя стопы подтянуты к себе, руки сзади колени выворотно пружинными движениями колени собираются вместе и раскрываются до пола.
- «ракушка» сидя стопы подтянуты к себе колени раскрыты в стороны руки подняты вверх, максимально прижать корпус к пяткам руки вперед затем подняться.
- наклоны корпуса вперед ноги врозь.
- наклон вперед правая нога согнута в коленном суставе в сторону левая вытянута наклоны корпуса вперед, тоже повторить с другой ноги.
- наклон корпуса в позе «лотос».
- «флажок» и. п. лежа ноги вместе руки вдоль туловища, поочередно сгибая ногу в колене вверх развернуть в выворотное положение носок у колена затем вытянуть в и. п.

3. Упражнение на гибкость вперед:

наклон вперед ноги вместе из положения сидя и лежа, движение можно исполнять с предметом и с сокращенными стопами по мере его усложнения.

- «улитка» в положении сидя подтянуть колени к груди и вернуть в и. п.
- и. п. стоя по 6 позиции наклон корпуса вперед коснуться ладонями пола с приседанием в упор присев следить чтобы пятки не отрывались от пола.
- и. п. стоя у станка по 2 параллельной позиции руки лежат на станке наклон вперед до уровня 90 градусов.

- сидя на пятках наклон корпуса вперед с вытянутыми руками вперед коснуться грудной клеткой колен.
- и. п. лежа руки вдоль туловища , перекаты ног за голову.
- и. п. сидя ноги вместе подтягивая поочередно колено до груди обхватить стопу руками и вывести вверх затем вернуть в и. п.

4. Упражнения на гибкость назад:

- «змейка» и. п. лежа на животе руки согнуты в локтях и прижаты к корпусу, port de bras назад на предплечьях, также на вытянутых руках.
- «парус» лежа на животе сделать захват голеностопного сустава руками и вытянуть одновременно вверх , зафиксировать положение.
- «радуга» сидя на пятках взяться за стопы затем выталкивая живот вперед прогнуться не отпуская рук.
- «кошечка – собачка» и. п. стоя на коленях с упором ладонями в пол максимально выгнуть спину, затем прогнуться в пояснице потянув затылок к ягодицам.
- и. п. стоя на коленях ладонями в пол поочередные броски натянутых ног назад вверх.
- мост из положения лежа.

5. Силовые упражнения для мышц живота:

- «ежик» и. п. лежа на спине руки вверх одновременно собрать колени к груди обхватив руками за голень затем раскрыться в исходное положение.
- и. п. лежа на спине медленное поднятие двух ног на 90 градусов с сокращенными стопами и вернуть в и. п.
- «Ванька-встанька» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе , не отрывая ног от пола поднять корпус до положения сидя руки поставить на пояс затем вернуться в и. п.
- «колесо» и. п. лежа на спине руки вверх ноги вместе, одновременно завести две ноги за голову взяться руками за стопы перевернуться в наклон не отпуская рук раскрыться в и. п.
- и.п. сидя руки сзади ладони прижаты к полу поочередное поднятие ног на 45 градусов с сокращенной стопой.
- «уголок» из положения сидя поддерживая спину упором рук сзади на полу.
- «березка» стойка на лопатках с помощью рук под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины:

- «птичка» и. п. лежа на животе руки в стороны , подъем корпуса вверх ноги вместе прижаты к полу.
- «скорпион» и. п. лежа на животе руки вдоль туловища упор ладонями в пол подъем прямых ног.

- «кобра» и. п. лежа на животе руки в замок за голову локти раскрыты в стороны ноги натянуты и прижаты к полу подъем корпуса вверх.
- и. п. лежа на животе поочередное поднятие правая рука левая нога вверх затем поменять.
- наклоны корпуса из положения сидя ноги врозь руки в замок за головой (вправо влево и посередине)
- наклоны корпуса из положения стоя ноги врозь руки вытянуты вверх (вправо влево и посередине)
- «рыбка» и. п. лежа на животе одновременно поднять руки и ноги вверх и зафиксировать положение.
- «лодочка» и.п. лежа на животе поочередное отталкивание рук и ног от пола.

7. Упражнения для развития шага:

- и.п. лежа на спине подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки.
- и. п. лежа на спине руки вдоль туловища подъем ноги на 90 градусов с выворотной и сокращенной стопой.
- и.п. лежа на спине ноги поднять на 90 градусов поочередно и вместе рывковыми движениями раскрыть в стороны с сокращенными стопами.
- battement releve lent на 90 градусов руки вдоль туловища.
- и. п. стоя у станка по 6 позиции выпад назад с пружинным движением на опорную ногу с прямым корпусом.
- «флажок» у станка поднятие колена вверх с помощью рук из 1 позиции.
- полушпагаты, с прогибом корпуса назад.
- «циркуль» как подготовка к поперечному шпагату.

8. Прыжки:

- прыжки на двух ногах по 6 позиции с продвижением.
- перескоки с ноги на ногу.
- подскоки на месте и с продвижением.
- прыжки с поджатыми ногами у станка и на середине.
- temps leve sauté о 6 позиции у станка и на середине.

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения учебного предмета учащийся должен

Знать:

- упражнения для разминки и их предназначение;
- комплексы упражнений гимнастики и их значение в подготовке учащихся к классическому и народно-сценическому танцу;
- названия движений (упражнений).
- технологию исполнения движений.

Уметь:

- выполнять комплексы упражнений

Владеть навыками:

- мышечного выполнения комплексов движений;

- мышечного самоконтроля во время исполнения движений.

- расслабления соединять теоретические знания с практической деятельностью.

--соотнести и координировать свои действия.

- владеть техникой исполнения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- управлять координировать своим телом (костно-мышечным аппаратом)

- соотносить и координировать свои действия.

Формы и методы контроля, система оценок

1.Аттестация: цели, виды, форма, содержание

На занятиях по учебному предмету «Гимнастика» учитель направляет, анализирует и координирует действия учащихся, осуществляет систематический контроль их учебной деятельности: определяет степень и уровень усвоения учащимся учебного материала, уровень подготовленности к занятиям. Оценка результатов учебной деятельности учащихся осуществляется по пятибалльной шкале.

Текущая аттестация определяется по результатам поурочного и тематического контроля. Тематический контроль (контрольный урок, контрольный показ, контрольное выступление и др.) осуществляется в конце каждой четверти учебного года с целью определения уровня усвоения пройденного учебного материала, приобретенных знаний, умений и навыков. Формы его проведения разнообразны, например, публичное выступление, показ в классе и др.

Итоговая аттестация осуществляется для определения соответствия результатов учебной деятельности учащихся требованиям учебной программы с учетом текущей аттестации.

По окончании обучения во втором и четвертом классе контрольный урок (контрольный показ, контрольное выступление и др.)

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Методическое обеспечение учебного процесса

1. Основные принципы построения программы.

Программа предполагает использованные определенных образовательных технологий, т.е. системной совокупности приемов и средств обучения и определенный порядок их применения.

Важно придерживаться определенных принципов, каждый из которых реализуется в соответствии с задачами и содержанием программы.

Наглядность – этот принцип обучения помогает увидеть образ движения. Показ учителя должен быть точным, подробным, качественным, быть доступным для восприятия учитывая возраст детей. Принцип наглядности можно применять видеоматериалы, фотоматериалы.

Доступность - очень важное условие правильного обучения. Предлагать учащимся только такие упражнения, которые соответствуют уровню их физического развития и степени их подготовленности.

Последовательность или систематичность – важное условие в изучении материала, постепенное наращивание учебного задания, основанное на выполнении известных правил от простого к сложному. По мере роста физической подготовленности учащихся последовательное добавление нового материала к тому, что уже хорошо усвоено.

Принцип прочного овладения материала (закрепления) – помогает обучающемуся свободно, легко и точно выполнять движения.

2. Методические рекомендации:

1. Упражнения для стоп

Задачей данных упражнений является развитие гибкости и силы, растягивание ахилловых сухожилий. Это необходимо для прыжков и в движениях на «полупальцах».

2. Упражнения на выворотность

Эти упражнения развивают супинаторы бедра, голени и стопы, увеличивают эластичность связочного аппарата и подвижность всех суставов тела. Выворотное положение ног в классическом танце вызвано анатомическими и эстетическими причинами. Выворотность дает возможность очень высоко отводить ногу. Только при выворотном положении ног создается линия и рисунок классического танца, отвечающие законам эстетики.

3. Упражнения на гибкость вперед

Задача упражнений этой группы направлена на развитие гибкости мышц спины и внутренней части ног.

При выполнении данных упражнений особое внимание необходимо уделить:

- а) правильному положению корпуса при наклонах вперед;

б) максимальной вытянутости коленей.

4. Упражнения на гибкость назад

Эта группа упражнений развивает гибкость мышц живота и внешней части ног. При выполнении упражнений данного раздела необходимо следить за тем, чтобы ребенок, прежде чем наклониться назад, максимально этого условия развивает нарушение осанки, приводит к травмам позвоночника мышц спины.

5. Силовые упражнения для мышц живота

В упражнениях на силу преобладающими являются активные сокращения (напряжения) мышц для преодоления силы тяжести тела. Упражнения надо начинать с легких непродолжительных нагрузок, постепенно включая мышцы в работу. Каждое упражнение выполнять без перерыва несколько раз подряд, но количество повторений должно быть таким, чтобы не вызвать большого утомления. Целесообразно пользоваться различными вариантами одного и того же упражнения.

6. Силовые упражнения для мышц спины

Развивая гибкость, полезно сочетать упражнения на растяжения с силовыми упражнениями. Развитие силы мышц спины необходимо не только для устранения активной недостаточности, но и для того, чтобы избежать ослабления поясничного отдела позвоночника и тем самым защитить его от травм.

7. Упражнения на развитие шага

Задача этой группы упражнений - подготовить ноги к сложным танцевальным движениям с большой амплитудой. Это самая трудоемкая часть урока.

По характеру выполнения упражнения на растягивание могут быть:

а) медленные, которые являются одновременно и упражнениями на силу и растягивание, к этой группе относятся так называемые «затяжки»;

б) быстрые - резкое выбрасывание ноги с напряженными мышцами, с максимальным приложением силы (*grand battements jetes*).

8 Прыжки

Упражнения этой группы направлены на развитие рессорной функции стопы, «баллона», т. е. способности задерживаться в воздухе в определенной позе. Для этого необходимо учиться достигать предельной точки прыжка, что помогает повисать в воздухе.

При подготовке к уроку необходимо понимать, что упражнения на развитие силы надо чередовать с упражнениями на развитие гибкости, так как они являются отдыхом от силовых упражнений.

Список используемой литературы

1. Ваганова А. «Основы классического танца» Искусство 1936г.
2. Тарасов Н. «Классический танец» Искусство 1971г.
3. Базарова Н. , Мей В. «Азбука классического танца» Искусство 1964г.
4. Брыкин А. « Общеразвивающие упражнения» Москва 1973г.
5. Левин М. В. « Гимнастика в хореографической школе» Terra спорт. Москва 2001г.
6. Сивалова Д. А. « Уроки художественной гимнастики», «Физкультура и спорт» Москва 1968г.
7. Миловзорова М.С. « Анатомия и физиология человека» Москва 1972г.
8. Лисицкая Т. С. « Хореография в гимнастике» « Физкультура и спорт» Москва 1984г.
9. Вихрева Н. А. «Экзерсис на полу» Сборник МГАХ Москва 2004г.

РИТМИКА

Пояснительная записка

Любой, пусть даже самый маленький, ребёнок – прежде всего творческая личность. Дети по своей природе очень восприимчивы, эмоциональны и впечатлительны. Но им обязательно нужно как-то выразить свои переживания, чувства и мысли. Каждый ребёнок по-своему ищет пути самовыражения: многие дети рисуют и лепят, а другие пластично двигаются. Вот тут главное - не заглушить эти наклонности в ребёнке, а постараться помочь, посредством занятий танцем и ритмикой.

Одним из направлений эстетического воспитания является хореографическое искусство. Хореография имеет огромное значение для эстетического и физического развития детей. Хореографическое искусство формирует потребность к творческой преобразовательной деятельности. Важно научить каждого ребенка не только понимать хореографический язык, но и пользоваться им для самовыражения.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. Дети получают возможность самовыражения через танец, через изображение различных животных, растений подобно тому, как наши древние предки в ритуальных танцах выражали чувства, мысли, образы, и освобождались от страха. В танцевальном зале дети имеют возможность выразить и изображать задуманное, исходя из собственных впечатлений, отбрасывая сложившиеся стереотипы.

Основные задачи данной программы – привить ребенку необходимые первоначальные двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Сформировать у детей основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно–сценическим танцем, а так же развить у учащегося культуру общения между собой и окружающими.

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет более точно и полноценно донести до ребенка изучаемый материал.

В занятия предмета «Ритмика» включены следующие разделы:

1. *Основы музыкальной грамоты*
2. *Упражнения на ориентировку в пространстве*
3. *Танцевальные движения*
4. *Упражнения с предметом*
5. *Танец*
6. *Музыкальные игры*

Данная программа разработана для учеников хореографических школ и школ искусств, имеющих хореографическое отделение. Данная программа рассчитана на 2 года по 2 часа (урока) в неделю. По итогам второй и четвертой четверти в классах проводятся *контрольные уроки*, а в конце данного курса итоговый *Экзамен*, где учащиеся должны в полном объеме продемонстрировать свои знания и умения по пройденному предмету.

Методические рекомендации и программные требования по предмету «Ритмика»

Занятия по предмету «Ритмика» должны проходить по следующим принципам:

- **принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- **принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео- и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.);
- **принцип доступности**, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов;
- **принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и

изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

В первом разделе «Музыкальная грамота» главная цель - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками отличия понятия «вступление» и «основная мелодия», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Во втором разделе «Упражнения на ориентировку в пространстве» учит ребенка равномерно, распределяться по танцевальной площадке, а так же с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в общем коллективе детей. А так же умение овладевать разнообразными рисунками танца в дальнейшем позволяет с легкостью ребенку чувствовать себя на сцене.

Третий раздел программы «Танцевальные движения» является основой данного курса и подготовкой к последующим большим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

Четвертый раздел данной программы «Упражнения с предметом» более насыщенно, интересно и разнообразно позволяет донести до ребенка предмет «ритмика и танец». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным изучением движений и комбинаций.

В пятом разделе данной программы «Танец» дети уже более слаженно и гармонично используют изученный материал для показа своих индивидуальных качеств и способностей, в характерном исполнении того или иного танца на ранее изученном материале. Танец для ребенка является его эмоциональным впечатлением от окружающего мира и является одним из основных средств выражения этого. Главная цель детского танца это – развитие уникальных и индивидуальных качеств, понимание и развитие музыкального ритма, а вместе со всем этим – формирование и развитие творческих способностей.

И в шестом разделе данной программы «Музыкальные игры», вложены важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма

игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Цели программы:

- формирование у учащихся основ здорового образа жизни;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности,
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры и музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);
- обучить элементам ритмики и танца;
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- воспитать в учениках чувство к прекрасному, посредством хореографической пластики,
- чувства дружбы и коллективизма,
- развитие художественного вкуса,
- потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер;
- развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

Задачи программы:

Обучающая:

формирование танцевальных умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала.

Воспитательная:

воспитание ребёнка как личности, формирование гуманного отношения к людям и глубокого эстетического чувства.

Оздоровительная:

приобщение к здоровому образу жизни, формирование правильной осанки.

Развивающая:

развитие творческих способностей, чувства прекрасного, умение видеть красоту и образность окружающего мира.

Основные приемы и методы в обучении детей ритмике.

1. Метод показа.
2. Словесный метод.
3. Импровизационный метод.
4. Метод иллюстративной наглядности.
5. Игровой метод.
6. Концентрический метод.

Условия реализации программы:

Основные педагогические принципы

- систематичность;
- постепенность;
- последовательность.

Педагог по ритмике должен:

- внимательно относиться к подбору репертуара,
- постоянно его обновлять, внося с учетом времени и особенности обучаемых детей определенные коррективы,
- использовать минимум танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Тематический план 1 года обучения.

№	Содержание разделов	Количество часов
1.	Организационный урок	1
2.	Основы музыкальной грамоты	14
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве	10
4.	Танцевальные движения	35
5.	Упражнения с предметами	6
6.	Музыкальные игры (УРОК-ИГРА)	4
7.	Контрольные уроки	2
	ИТОГО:	72

Тематический план 2 год обучения

№	Содержание раздела	Количество часов
1.	Организационный урок	1
2.	Основы музыкальной грамоты	6
3.	Изучение поклона	3
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5
5.	Танцевальные движения	37
6.	Упражнения с предметами	6

7.	Танец	10
8.	Контрольные уроки	1
9.	Экзамен	1
	ИТОГО:	72

1 год обучения

Требования к учащимся первого года обучения

Учащиеся должны уметь правильно пройти в такт музыке танцевальным шагом с носка на пятку, сохраняя красивую осанку. Различать музыкальные размеры, понимать музыкальные вступления и завершение музыкального произведения. Ориентироваться в пространстве балетного зала, понимать направление движения. А так же овладеть простейшими движениями в сочетании с предметами, согласно выбранному курсу.

<i>№</i>	<i>Содержание уроков</i>	<i>Общее кол-во уроков</i>	<i>Поурочное кол-во часов</i>
1.	Организационный урок	1	1
2.	Основы музыкальной грамоты	14	
	Понятие о звуке (низкие, высокие тона)		0,5
	Характер музыки (грустный, веселый)		0,5
	Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно)		0,5
	Музыкальный темп (быстро, медленно)		0,5
	Понятие «вступление»		1
	Понятие «пауза»		1
	Музыкальный размер 2/4		1
	Музыкальный размер 4/4		1
	Знакомство с длительностью нот (целая, половинная, четвертная, восьмая)		1
	Понятие «классическая» и «народная» музыка		1
	Понятие «сильная доля»		1
	Понятие «акцент в движении»		1
	Знакомство с куплетной формой		1
	Понятие «предложение», «музыкальная фраза»		1
	Понятие «хореографический интервал»		1

	Понятие «ритмический рисунок»		1
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве	10	
	Свободное размещение в зале с последующим возвращением в исходный рисунок.		1
	Нумерация точек зала		1
	- построение в шеренгу, линию, две линии линия, шеренга		1
	- построение в колону (в две колонны) по одному		1
	- построение в колону по два в пары		1
	- построение в диагональ		1
	- круг		1
	- два круга		1
	- из одного круга в два круга		1
	Изученные рисунки с изменением точки зрителя		1
4.	Танцевальные движения	38	
	<u>Шаги:</u>		
	- маршевый шаг		1
	- с высоко поднятым коленом по VI позиции		1
	- шаг с пятки		1
	- шаг по 1 позиции		1
	- шаг сценический		1
	- шаги на полу пальцах		1
	<u>Бег:</u>		
	легкий (ноги назад)		1
	- на месте с захлестом ног назад и в повороте		1
	- бег с выбрасыванием ног вперед и назад (jete)		1
	- бег «лошадки»		1
	- боковой галоп		1
	<u>Приседание</u>		
	Полуприседание		1
	Полуприседание с выведением ноги на		1

	каблук		
	<u>Прыжки:</u>		
	- на месте по VI позиции		1
	- с продвижением вперед, назад и в сторону		1
	Поскоки		2
	В повороте на ¼		1
	<u>Работа рук:</u>		
	- понятие «правая» и «левая рука»		1
	- положение рук в сторону, опущены вниз.		
	- положение рук на талии:		1
	- положение рук, поднятые в верх (3 позиция)		1
	- за юбку		1
	- руки убраны за спину		1
	- положение рук в паре		1
	<u>Позиции ног:</u>		
	- понятие «правая» и «левая нога»		1
	- первая позиция параллельная		1
	- первая позиция свободная		1
	- третья позиция параллельная		1
	- третья позиция свободная		1
	<u>Работа головы</u> Наклоны и повороты		1
	<u>Притопы</u>		
	простой		1
	двойной		1
	<u>Хлопки</u>		
	Хлопки в ладоши (простые)		1
	Хлопки в ритмическом рисунке		1
	Хлопки в парах с партнером		1
	<u>Изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)</u>		1
	<u>Движения корпуса:</u>		
	наклоны вперед, назад, в сторону с сочетанием работы головы		1
5.	Упражнения с предметами	6	
	Упражнение с платком		2

	Упражнение с обручем		2
6.	Музыкальные игры	4	
	- «Мыши и мышеловка»		1
	- «Снежинки - картинки»		1
	- «Веселая шапочка»		1
	- «Самолетики»		1
7.	Контрольные уроки	1	
			1
	Итого:		72

Организационная работа

Беседа с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на уроках «Ритмика и танец», о форме одежды для занятий. Обсуждение о подготовке и проведении контрольных уроков в каждой четверти.

Основы музыкальной грамоты

- Владение навыками движения в разных темпах.
- Изучение разнообразных динамических оттенков музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко).
- Понятия: «вступление».
- Понятия « музыкальная фраза».
- Смена движения в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.
- Понятие «акцент в движении и в музыки».
- Понятие «пауза».
- Понятие «длительности нот».
- Понятие «ритмический рисунок».
- Изучение сочетаний хлопков и шага с разнообразным ритмическим рисунком, состоящим из четвертей, восьмых, половинных и целых.
- Изучение музыкальных размеров: 2/4, 4/4.
- Знакомство с куплетной формой.
- Понятие «классическая» и «народная» музыка.
- Понятие «хореографический интервал».

Построение на площадке

нумерация точек.

- Повороты вправо и влево;
- Перестроение из шеренги в линию и обратно
- Построение в колонну по одному, по два в пары;

- Перестроение в диагональ;
- Круг, сужение и расширение круга;
- Построение и перестроение из одного круга в два круга
- Свободное размещение в зале с последующим возвращением в исходный рисунок (линия, колонна, диагональ или круг)
- Движение в изученных рисунках в разных направлениях.

Танцевальные движения

Шаги

Маршевый шаг

Описание: выполняется бодро, у детей иногда с небольшим подъемом колена (в «прямом» положении). При этом корпус прямой, плечи расправлены, подбородок приподнят; движение рук четкое и скоординировано с движением ног

Шаг с высоко поднятым коленом

Описание: шаг с высоким подъемом колена (в «прямом» положении). Руки чаще всего скоординированы с движением ног (или выполняют имитационные движения, например изображают крылья петуха); корпус прямой или чуть подается вперед; подбородок приподнят.

Шаг с пятки

Описание: поставить ногу вперед на пятку и перевести на нее тяжесть тела (затем опустить на пол переднюю часть стопы — мягко или с «пришлепыванием»). Аналогично с другой ноги.

Шаг по 1 позиции свободной

Описание: стопа, разгибаясь в голеностопном суставе, вытягивается и как бы удлиняет линию ноги. При этом стопы чаще всего могут быть «открытыми»; корпус прямой, «открытый»; руки мягко округлены или открыты в стороны.

Сценический шаг

Описание: обычный шаг «с носка» в спокойном темпе; корпус прямой; движения рук свободные

Шаг на полупальцах

Описание: шаг на высоких полупальцах, на «длинных» ногах (колени не напряжены); выполняется в подвижном или спокойном темпе.

Бег

Легкий бег (ноги назад)

На месте бег с захлестом ног назад и в повороте

Бег с отбрасыванием ног вперед (назад) (jete.)

Бег «лошадки» (с подниманием колена впереди).

Описание: во время бега высоко поднимать колени (в «прямом» положении). При этом можно тянуть носок (вниз); спина прямая; голова поставлена прямо; руки можно вытянуть перед собой, как бы держа вожжи, или в других положениях и движениях.

Боковой галоп

Описание: движение выполняется боком, например вправо: сделать шаг правой ногой вправо, затем подбить ее (на перескоке) левой ногой, на которую перенести тяжесть тела, отведя правую ногу (прямую в колене) вправо «на носок». При этом можно держать руки на поясе или раскрыть их в сторону. Корпус прямой.

Полуприседание

Описание: при опоре на обе ноги пружинить коленями, то слегка приседая, то «вырастая». Может быть составным элементом в различных видах шага, плясовых движениях.

Полуприседание с каблучком (вариант № 1)

Описание: слегка присесть на двух ногах (пятки вместе, носки врозь), затем «вырасти» на опорной ноге и вывести вторую ногу (прямую в колене) вперед (или в сторону) на каблук. Корпус прямой, руки — «на пояс».

Полуприседание с каблучком (вариант № 2)

Описание: присев на опорной ноге, вторую (прямую в колене) вывести вперед (или в сторону) на каблук, затем «вырасти» на опорной, одновременно приставив к ней вторую ногу. При полуприседании корпус можно слегка склонить в сторону отведенной ноги; при «вырастании» вернуть корпус в прямое положение).

Прыжки

Прыжок Temp leve soule на месте по 1 параллельной позиции

Поскоки с ноги на ногу

Прыжки в развороте на ¼

Положения рук в танцах.

Руки на поясе “большой палец обращен назад”

Подбоченившись “кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс”

Положение рук за юбочку “руки в локтях закруглены”

Руки убраны за спину

Описание: руки завести за спину и сложить ладонь-в-ладонь на уровне талии; локти отведены в стороны; положения корпуса и головы зависят от характера исполнения.

Положение рук в паре

Описание: партнеры, стоя бок о бок, берутся ближайшими руками (рис.1), или стоя лицом друг к другу, берутся обеими или одноименными руками.

Описание: стоять плечом к плечу (или на незначительном расстоянии друг от друга), повернувшись лицом в одну сторону (рис.3).

Мизинцами сцепиться

Описание: двое детей сцепляются мизинцами и качают сцепленными руками вниз-вверх в ритме стишка-«заговора», принятого для подобных случаев; с последним словом стишка руки рывком расцепляются — это означает, что примирение состоялось.

Описание: исполнители, стоя бок о бок и сцепившись мизинцами, двигаются цепочками, руки держат полусогнутыми в стороны — перед собой, слегка покачивая ими в ритме танца.

Позиции ног

Работа головы.

1. повороты направо - налево, в различном характере,
2. наклоны вверх- вниз с различной амплитудой,
3. наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).

Прямо держать голову

Описание: естественное положение головы при прямой осанке.

Повороты головы из стороны в сторону

1. вариант

Описание: из прямого положения повернуть голову подбородком к одному плечу, затем обратно — через прямое положение — повернуть ее к другому плечу; повторить повороты головой из стороны в сторону несколько раз подряд; при этом взгляд направлен на того, с кем не соглашаются, или опущен вниз.

2 вариант

Описание: из прямого положения слегка склонить голову к одному плечу, затем — через прямое положение — к другому плечу; повторить качание головой из стороны в сторону несколько раз подряд.

Поворот головы от партнера

Описание: стоя к партнеру боком или вполоборота, отвернуться от него (только повернув голову), при этом слегка приподняв подбородок.

Описание: аналогично вышеприведенному, но при повороте головы в сторону (от партнёра) подбородок опущен. Положение корпуса «закрытое»; на лице — соответствующая мимика (обида или стыда).

Ритмические рисунки.

Упражнение движений в ритмическом рисунке.

- Прохлопывание ритма музыки в ладоши.
- Выстукивание ритма музыки ногами.
- Комбинированные ритмические рисунки в сочетании ударов ногой об пол и хлопками в ладоши.

Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах

Одной ногой притопы

Описание: переведя тяжесть тела на одну ногу, другую, согнув в колене, поднять над полом перед собой («затакт»), а затем топнуть ею чуть впереди опорной ноги. Движение выполняется с одной ноги и повторяется несколько раз подряд (затем можно сменить ногу). Корпус — «открытый», руки — «на пояс», голова поставлена прямо, подбородок приподнят. Притопы исполняют по одному удару одной ногой, так и по два удара одной ногой затем нога меняется.

Движение корпуса.

Упражнения с предметами.

- Упражнение с платком (*для примера работы с платком рекомендуется использовать движения из книги Климова А. Основы русского народного танца М, издат. Моск. Госуд. Института искусств и культуры, 1994г*)

- Упражнение с обручем

Танцевальные игры

- «Мыши и мышеловка»
- «Снежинки - картинки»
- «Веселая шапочка»
- «Самолётики»

Основные требования к знаниям и умениям учащихся по окончании первого года обучения.

Ученики должны знать и уметь:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять «сильную долю» музыки и различать длительности нот;
- знать различия «народной» и «классической» музыки
- уметь грамотно исполнять движения;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с платком и обручем;

- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

2 год обучения

Требования к учащимся второго года обучения

Закрепить знания и навыки, полученные на первом году обучения. Уметь анализировать предлагаемую педагогом музыку, определять характер, музыкальный размер, строение. Владеть, в хорошей степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов, а так же уметь в более сложном рисунке танца выполнять элементы танцевальной грамоты представленной во втором году обучения.

№	<i>Содержание уроков</i>	<i>Общее кол-во уроков</i>	<i>Поурочное кол-во часов</i>
1.	<u>Организационный урок</u>	1	1
2.	<u>Основы музыкальной грамоты</u>	6	
	Характер музыки (торжественный)		1
	Музыкальные паузы (половинная, четвертная, восьмая)		1
	Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный, смешанный)		1
	Музыкальный размер $\frac{3}{4}, 6/8$		1
	Музыкальные штрихи (легато, стаккато)		1
	Понятие затакт, синкопа.		1
3.	<u>Изучение поклона</u>	3	
	Простой (поясной)		1
	Поклон одной рукой		2
4.	<u>Построение на площадке</u>	5	
	«Шторочки», «Прочес»		2
	«Ручеек», «Вороца»		1
	«Звездочка», «Улитка», «Змейка»,		1
	Перестроение из большого круга в большую звезду;		1
5.	<u>Танцевальные движения</u>	39	
	<u>Шаги</u>		

	- переменный шаг		2
	- хороводный шаг		2
	- приставной шаг с притопом		1
	- приставной шаг с приседанием		1
	- шаг польки		2
	<u>Бег:</u>		
	- стремительный		1
	<u>Прыжки:</u>		
	- в повороте на ½		2
	- «разножка»		1
	- «поджатый»		2
	<u>Работа рук:</u>		
	- впереди, согнутые в локтях		1
	- позиция рук 1		1
	- позиция рук 2		1
	- позиция рук 3		1
	<u>Позиции ног:</u>		
	- вторая параллельная		1
	- вторая параллельная свободная		1
	- четвертая параллельная		1
	- четвертая свободная		1
	<u>Припадание</u>		
	- по 1 параллельной позиции		2
	- по 3 позиции с подъемом на полу пальцы.		2
	<u>«ковырялочка»</u>		
	в первоначальном раскладе		2
	<u>«гармошка»</u>		
	- в сторону		2
	- в повороте		2
	Па галопа по выворотной позиции		2
	<u>Дроби:</u>		
	- простая		1
	- двойная		2
	- тройная		2
6.	<u>Упражнения с предметами</u>	6	
	Упражнение со скакалкой		3
	Упражнение с мячом		3

7.	<u>Танец (по выбору педагога)</u>	10	10
8.	<u>Контрольные уроки</u>	1	1
9.	<u>Экзамен</u>	1	1
	Итого:		72

Организационная работа

Беседа с детьми о целях и задачах второго года обучения. Обсуждение о подготовке и проведение экзаменационного урока в конце года.

Основы музыкальной грамоты

- Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный).
- Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро).
- Понятие о такте и затакте. Затактовые построения.
- Пунктирный ритм.
- Переменный счёт, танцевальные жанры.
- Изучение музыкальных размеров: $\frac{3}{4}, \frac{6}{8}$
- Понятие затакт, синкопа.
- Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

Поклон

Поклон поясной.

Описание: корпус из прямого положения наклоняется вперед; поклон может быть фиксированным («застыть в поклоне»); руки в движении, как правило, не участвуют, или одна (правая) рука прикладывается ладонью к груди.

Поклон с одной рукой.

Описание: корпус из прямого положения наклонить вперед (чем ниже поклон, тем больше выражается почтение, уважение).

В русском поклоне могут участвовать руки: одну или обе руки приложить к груди, затем вывести их мягко-округло перед собой (в направлении партнера) и опустить вниз (перед собой); при возвращении корпуса в исходное положение руки опускаются вниз. Поклон выполняется стоя, как правило, на выпрямленных в коленях ногах.

Построение на площадке

Рисунки

- «Шторочки»
- «Прочес»
- «Воротца»
- «Ручеек»

- «Змейка»,
- «Улитка»
- «Звездочка»
- Перестроение из большого круга в большую звезду;

Танцевальные движения

Шаги:

Переменный шаг

Описание:

1 вариант

основан на трех-шагах; выполняется с продвижением вперед. Сделать один большой шаг (правой ногой) и два маленьких (левой-правой), на четвертой доле движения оставшуюся сзади (левую) ногу вывести (скользнув ею по полу) вперед «на воздух», невысоко — на нее делается большой шаг при продолжении движения. Шаг выполняется мягкой поступью «с носка»; при этом руки то открываются в стороны, то закрываются «на пояс», движения рук сопровождаются поворотом головы, взглядом. Это — основной ход русского лирического танца.

2 вариант

Все три шага переменного хода выполняются одинаково, на всю ступню, переступая, а не скользя. После трех шагов исполнитель чуть задерживается на месте, затем продолжает ход с другой ноги. Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены. Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Шаг правой ногой вперед на всю ступню, (и) Шаг левой ногой вперед на всю ступню, (два) Шаг правой ногой вперед на всю ступню, (и) Пауза. Ход продолжается с левой ноги. Корпус свободен или подтянут, голова прямая или слегка приподнята. Руки могут находиться в исходной позиции, во 2-й позиции.

Хороводный шаг

Описание: несколько удлиненный шаг (в отличие от спокойного шага); при этом нога ставится на переднюю часть стопы, мягко (низкие полупальцы). Корпус немного выведен вперед, что сообщает движению плавную устремленность вперед.

Отличается от обычной ходьбы большей плавностью и устремленностью. Этим шагом дети водят хороводы.

Притоптывающий приставной шаг

Описание: делая шаг правой ногой, топнуть всей стопой «в пол», затем приставить к ней неслышно левую ногу. При движении «бокком» корпус может покачиваться из стороны в сторону, как бы поддевая плечом снизу

вверх (одновременно с притопывающим шагом). Спина прямая, руки — «на пояс».

Приставной шаг с притопом

Описание: сделать шаг правой ногой; приставляя к ней левую, притопнуть. При этом можно немного присесть, подчеркнув силу удара; корпус прямой, руки «на пояс». Может выполняться с одной ноги или с двух ног поочередно

Приставной шаг с приседанием

Описание: сделать шаг правой ногой, приставить к ней левую и слегка присесть. Можно выполнять с одной ноги однонаправленно (вперед или в сторону) или с двух ног поочередно (из стороны в сторону или вперед).

Шаг польки

Описание: основан на трех-шаге; слегка подпрыгнув на левой ноге, сделать три коротких шага на полупальцах (поочередно: правой-левой-правой) — с последним шагом опуститься на всю стопу (правой ноги); затем слегка подпрыгнуть на правой, одновременно левую ногу, скользнув стопой по полу, вывести

вперед, невысоко «на воздух» (колени выпрямить, носок вытянуть). Далее аналогичное движение выполняется с левой ноги. При этом корпус прямой; у девочек руки в положении «за юбочку», у мальчиков — ладонями на поясе.

Бег:

Стремительный

Прыжки:

Прыжок в повороте на ½

Описание выполняется по тем правилам что и прыжок на ¼. (смотрите выше)

«разножка»

Позиции рук:

1-я позиция. Обе руки подняты вперед, локти свободны, кисти направлены ладонями вверх.

2-я позиция. Обе руки широко раскрыты в стороны, локти не напряжены, кисти направлены ладонями вверх и слегка вперед.

3-я позиция. В чистом виде 3-я позиция не характерна для русских танцев. В женском танце обе руки исполнительницы иногда поднимаются в 3-ю позицию, когда девушка обыгрывает платок, держа его двумя руками за концы. В сценическом русском танце руки девушки иногда проводятся через 3-ю позицию, раскрываясь в стороны. Значительно чаще поднимается в 3-ю позицию одна рука, тогда как другая находится в ином положении.

Позиции ног:

Припадание

- по 1 параллельной позиции
- по 3 позиции с подъемом на полу пальцы.

Описание: основан на приставном шаге; выполняется с полуприседанием на первом (наступающем) шаге и «вырастанием» на втором (приставном) шаге с одновременным подъемом на полупальцы (или без него). Чаще выполняется с продвижением в сторону, но можно двигаться также вперед, назад, в повороте вокруг себя. При этом руку можно раскрыть в сторону движения или поднять, округленную в локте и запястье, над головой (вторая рука — «на пояс»); корпус прямой; голова может покачиваться из стороны в сторону; взгляд направлен на раскрытую руку.

«Ковырялочка»

Описание: (и. п. стоп — пятки вместе, носки врозь) сохраняя опору на левой ноге, правую отвести вправо на носок в «закрытом» положении (колени этой ноги слегка согнута и повернута внутрь); развернув правую ногу в «открытое» положение (с выпрямленным коленом), поставить ее вправо на пятку; затем — «три притопа» (правой-левой-правой ногами, с паузой на четвертой доле движения). Опора остается на правой ноге, и движение продолжается с левой. Руки могут быть на поясе, раскрываться в стороны с наклоном корпуса к поставленной на пятку ноге. Движение может выполняться без притопа, с перескоком.

«Гармошка»

- в сторону
- в повороте

Описание: выполняется боком с продвижением в сторону, например, вправо: а) из исходного положения (пятки вместе, носки врозь) стопы поворачиваются вокруг опорных точек (левая на пятке — по часовой стрелке, правая на полупальцах — против часовой стрелки) в направлении продвижения исполнителя (вправо) и оказываются в «закрытом» положении (носки вместе, пятки врозь); б) перекатом меняются опорные точки стоп (у левой — с пятки на полупальцы, у правой — с полупальцев на пятку), после чего стопы поворачиваются вокруг опорных точек (левая на полупальцах против часовой стрелки, правая на пятке по часовой стрелке) в направлении продвижения исполнителя (вправо) и оказываются в исходном положении; перекатом стоп меняются их точки опоры и т. д. Таким же образом движение выполняется влево.

Па галоп по выворотной позиции

Описание: движение выполняется боком по 1 свободной позиции, например вправо: сделать шаг правой ногой вправо, затем подбить ее (на перескоке) левой ногой, на которую перенести тяжесть тела, отведя правую ногу (прямую в колене) вправо «на носок». При этом можно держать руки на поясе или раскрыть их в сторону. Корпус прямой.

Упражнения с предметами.

- Упражнение со скакалкой
- Упражнение с мячом

Танцы

(преподаватель самостоятельно выбирает танцевальный репертуар, согласно подготовленности детей)

Основные требования к знаниям и умениям учащихся по окончании второго года обучения.

Учащиеся должны знать и уметь:

- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- знать названия общеразвивающих упражнений пройденных в течении двух лет обучения (в соответствии с программой «Ритмика и танец»);
- знать названия простых танцевальных шагов а так же уметь их правильно исполнить (мягкий, на подушечках, приставной, переменный, галоп, полька).
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4; 3/4
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения.;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации .

Литература

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Л. Москва 1964 год.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000 год.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.:2000
4. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л. Москва 1963 год.

6. Горшкова Е. В. ОТ ЖЕСТА К ТАНЦУ- М.: Издательство «Гном и Д», 2004. — 144 с.
7. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М.:2007
8. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1 издательство “музыка”. Москва 1972 год.
9. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Москва 1973 год.
10. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960.
11. Конорова Е.В. Ритмика в театральной школе. М.-Л.: Искусство, 1947.
12. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1,М.;Музгиз, 1963, 1972, 1979.
13. Климов А. Основы русского народного танца, М Издательство «Московского государственного института культуры, 1994
14. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987 год.
15. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей Учебно методическое пособие М, гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
16. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С. М.1984.
17. Руднева С.Д. Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение Москва просвещение 1972 год.
18. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972.
19. Ткаченко Т.С Народные танцы Москва 1975.
20. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989 год.
21. Школа танца для юных. Санкт-Петербург:, 2003.
22. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика , М. Издательский дом «Дрофа» 1998

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Основы классического танца» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

Учебный предмет «Основы классического танца» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения классического

танца.

Учебный предмет «Основы классического танца» является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с достижениями мировой и отечественной хореографической культуры. Освоение программы по предмету «Основы классического танца» способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Помимо этого программа направлена на укрепление здоровья учащихся, на исправление физических недостатков, деформаций, таких, как: сколиоз, плоскостопие, слабый мышечный тонус и т.д.

Классический танец формировался путем долгого и тщательного отбора, отшлифовки многообразных выразительных движений и положений человеческого тела. Вобрав в себя достижения различных танцевальных культур, этот вид хореографического искусства развивает техническое танцевальное мастерство, учит ребенка чувствовать свое тело и выражать чувства с помощью движений, воспитывает артистизм.

2. Срок реализации учебного предмета «Основы классического танца»

Предлагаемая программа рассчитана на трехлетний срок обучения. Возраст детей, рекомендуемый для начала занятий, - от 7 лет.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета

	1-3 год обучения		
	Количество часов (общее на 3 года)		
Максимальная нагрузка (в часах)	180		
Количество часов на аудиторную нагрузку	180		
Год обучения	1	2	3
Недельная аудиторная нагрузка	1	2	2

Сведения о затратах учебного времени

Классы	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	36	36	36

Количество аудиторных занятий на неделю)	часов занятия	на (в	1	2	2
Общее количество аудиторных занятий			180		
Максимальная учебная нагрузка в часах			180		

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий

Занятия по предмету «Основы классического танца» проводятся в форме групповых занятий (от 11 человек) во второй год обучения 1 раз в неделю по 1 часу. В третий и четвертый год обучения по 2 часа в неделю. Рекомендуемая продолжительность урока – 40-45 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета «Основы классического танца»

Цель:

Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в области классического танца.

Задачи:

- формирование эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- воспитание интереса к классическому танцу и хореографическому искусству в целом;
- приобретение учащимися первоначальной хореографической подготовки;
- овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;
- развитие музыкальных способностей: слуха, ритма, памяти и музыкальности;
- освоение учащимися музыкальной грамоты, необходимой для владения классическим танцем в пределах программы;
- стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности;
- воспитание художественного вкуса, культуры общения, дисциплины, самостоятельности, потребности вести здоровый образ жизни;
- приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- укрепление здоровья, физическое развитие учащихся.

6. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Содержание учебного предмета

Требования по годам обучения

Содержание программы изложено поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Изложение материала носит рекомендательный характер, что дает преподавателю возможность применить творческий подход в обучении детей классическому танцу с учетом особенностей психологического и физического развития детей 7-11 лет, их природных способностей.

Первый год обучения

Основная задача первого года обучения – последовательное, целенаправленное приобретение учащимися комплекса специальных навыков:

- полноценное ощущение себя в пространстве;
 - развитие осанки, освоение позиций рук, ног, положений корпуса и головы;
 - развитие выносливости и умения владеть различными группами мышц - как вместе, так и поочередно;
 - развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработки устойчивости;
 - овладение техникой исполнения упражнений классического танца.
- Особенно важен начальный этап обучения, когда закладываются

основы хореографических навыков – правильная постановка корпуса, ног, рук, головы; развитие выворотности и натянутости ног, гибкости корпуса, укрепления физической выносливости; освоение позиций рук, элементарных навыков координации движений; развития музыкальности, умения связывать движения с ритмом и темпом музыки.

На первом году обучения по предмету «Основы классического танца» преподаватель занимается выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, точной согласованности движений, развития выворотности, воспитания силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности. Применение разнообразных физических упражнений способствует укреплению мышечного тонуса, развитию гибкости, силы ног, спины и пресса, выворотности. В данный период обучения необходимо чаще чередовать упражнения различного характера и интенсивности, используя в работе приемы показа и сравнения.

Рекомендуемый список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Позиции ног: I, II, III.
2. Постановка корпуса лицом к станку.
3. Положение рук на станке.
4. Demi-plies по I, II позициям.
5. Battements tendus из I позиции во всех направлениях:
- с demi-plies.
6. Passe par terre:
- с demi-plies по I позиции,
- с окончанием в demi-plies.
7. Battements relevés lent на 45° во всех направлениях лицом к станку;
8. Relevés по VI, I, II позициям:
- с вытянутых ног,
9. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:
- в сторону, вперед, назад.

Экзерсис на середине зала

1. Позиции рук: (подготовительное, I, II, III)
2. Позиции ног: I, II, III.
3. I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
4. Demi plies по I, II позициям.
5. Battements tendus из I позиции в сторону:
- с demi-plies.
6. Relevés по I, II позициям:

- с вытянутых ног;

7. Pas cougu по VI позиции (по диагонали и по кругу).

Allegro

1. Temps leve saute по I, II позициям;

2. Шаг польки.

3. Трамплинные прыжки.

Во втором полугодии – контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Требования к переводному зачету

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- воспринимать танцевальную музыку;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения.

Второй год обучения

Продолжение работы над приобретенными навыками:

воспитание умения гармонично сочетать движения ног, корпуса, рук и головы для достижения выразительности и осмысленности танца;

развитие внимания при освоении несложных ритмических комбинаций;

формирование точности и чистоты исполнения пройденных движений, выработка устойчивости на середине зала;

дальнейшее развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях;

освоение более сложных танцевальных элементов, совершенствование техники, усложнение координации;

развитие артистичности, чувства позы.

Преподавателю необходимо контролировать физическую нагрузку и тщательно избегать неточностей в исполнении предлагаемых упражнений, более продуктивно использовать время урока, сосредоточив свое внимание над качеством исполнения ранее усвоенных учащимися элементов, сделав наибольший упор на правильности ощущений и понимании цели упражнения. Необходимо уделять особое внимание развитию таких

физических качеств, как гибкость, сила мышц, координация, выносливость, а также волевого настрой.

Основная задача данного этапа обучения – последовательное, целенаправленное приобретение учащимися комплекса специальных навыков: правильная постановка корпуса, освоение позиций рук, ног, положений корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости, овладение техникой исполнения основных упражнений классического экзерсиса.

Рекомендуемый список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса по V позиции ног.
2. Demi plies по I, II, V позициям
3. Battements tendus из V позиции во всех направлениях:
 - с demi-plies;
 - battements tendus pour le pied в сторону.
4. Battement tendus jete из I позиции во всех направлениях.
 - с сокращением стопы.
5. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans:
 - demi-rond,
 - grand rond (в первоначальной раскладке)
6. Battements releves lent на 90° во всех направлениях лицом к станку;
7. Положение ноги sur le cou de pied:
 - «условное» спереди, сзади,
 - «обхватное».
8. Понятие retire;
9. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях лицом к станку;
10. Releves по I, II, V позициям:
 - с вытянутых ног,
 - с demi plie.
11. Растяжки (у палки).

Экзерсис на середине зала

1. Demi plies по I, II, V позициям.
3. Battements tendus из I, V позиции во всех направлениях:
 - battements tendus pour le pied в сторону;
4. Battement tendus jete из I, V позиции во всех направлениях
5. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans:
 - demi-rond,

- grand rond (в первоначальной раскладке)
- 7. Battements releves lent на 45*, 90⁰ во всех направлениях.
- 8. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях.
- 9. Releves по I, II, V позициям:
 - с вытянутых ног,
 - с demi plie.
- 10. Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы
- 11. Pas balance.

Allegro

1. Temps leve saute по I, II, V позициям.
2. Petit changement de pied.
3. Pas echappe в первой раскладке.

Во втором полугодии – контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Требования к переводному зачету

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно, музыкально выразительно исполнять программные движения (умение свободно координировать движения рук, ног, головы, корпуса);
 - владеть сценической площадкой;
 - анализировать исполнение движений;
 - знать об исполнительских средствах выразительности танца (выразительности рук, лица, позы);
 - определять по звучанию музыки характер танца;
 - термины и методику изученных программных движений;
 - уметь грамотно пользоваться методикой при выполнении движений.

Третий год обучения

В целом требования третьего года обучения совпадают с предыдущим классом, но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения, освоения хореографической грамоты, переходом к элементам танцевальности.

На данном этапе предъявляются новые требования по развитию техники исполнения и танцевальности: увеличивается количество элементов и движений. В занятия включаются более сложные упражнения в координационном отношении. Продолжается освоение основных элементов классического танца.

Работа над правильной формой движений сочетается с укреплением

мышц ног, выработкой устойчивости, совершенствованием координации и развитием музыкальности и танцевальности.

Выработке устойчивости способствуют: развитие выворотности, правильное распределение тяжести корпуса на стопы (или одну стопу), хорошо тренированный подтянутый корпус, правильное положение рук в позициях. Для развития координации и танцевальности служат комбинированные задания, в которые вводятся движения, исполняемые в eroulement, различные port de bras, позы классического танца, танцевальные связки. На основе элементарных движений составляются учебно-танцевальные комбинации на выразительность, осмысленное восприятие и передачу характера музыки. Больше внимания уделяется развитию силы стопы за счет введения упражнений на полупальцах, развитию устойчивости, силы ног путем увеличения количества повторов изучаемых движений, развитию различных мышц тела в исполнении одного движения. Необходимо начать работу над техническим исполнением упражнений в ускоренном темпе.

Музыкальное сопровождение становится более разнообразным по ритмическому рисунку. От медленных темпов осуществляется постепенный переход к более подвижным, несколько ускоряется общий темп урока.

Рекомендуемый список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Grand plies по I, II, V позиции
2. Demi plies по IV позиции;
3. Battements tendus:
 - double battements tendus;
 - в позах (croisee, efface, ecarte).
4. Battements tendus jete:
 - jete с pique;
4. Rond de jambe par terre:
 - на demi plies;
5. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).
6. Battements fondus во всех направлениях;
7. Battements soutenus в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
8. Battements frappes в сторону, носком в пол на всей стопе.
9. Battements releves lent на 90° в позах.
10. Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку;
 - боком к станку.

11. Grand battements jete в больших.
12. III форма port de bras как заключение комбинаций.

Экзерсис на середине зала

1. Battements tendus во всех направлениях в малых позах;
- в сочетании с pour le pied и demi plie.
2. Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.
3. Battements fondus во всех направлениях носком в пол.
4. Battements frappes во всех направлениях носком в пол.
5. Battetnents releves lent на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.
6. Battetnents developpe во всех направлениях.
7. Grand battements jete во всех направлениях.
8. II Форма port de bras.
9. Понятие arabesque:
- изучение I, II, III arabesque.
10. Temps lie par terre en dehors et en dedans.

Allegro

1. Pas echappe.
2. Pas assemble в сторону.
3. Sissonne simple en face.
4. Grand changement de pied.
5. Pas jete en face.
6. Pas chasse вперед.
7. Sissone ferme в сторону.

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии - итоговый экзамен.

Требования к итоговому экзамену (зачету)

По окончании третьего года (всего курса) обучения учащиеся должны знать и уметь:

грамотно и выразительно исполнять программные движения и элементарные комбинации;

- сочетать пройденные упражнения в несложные комбинации;
- анализировать выполнение заданной комбинации;
- анализировать и исправлять допущенные ошибки;
- воспринимать разнообразие музыкально-ритмических рисунков;
- анализировать исполнение движений;
- знать о танцевальных средствах выразительности;
- знать термины изученных движений;

- знать методику изученных программных движений.

Требования к уровню подготовки учащихся

Уровень подготовки учащихся является результатом освоения программы учебного предмета «Основы классического танца», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знаний принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умений исполнять танцевальные номера;
- умений определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умений самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- навыков владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыков ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- навыков сценической практики;
- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы.

Формы и методы контроля, система оценок

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы «Основы классического танца» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов.

Контрольные уроки и экзамены 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. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации учащихся

определяются образовательной организацией. Итоговая аттестация проводится в форме выпускного экзамена. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося. Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на зачете (экзамене);
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации педагогическим работникам

Обучение классическому танцу должно быть поэтапным, весь курс должен быть разделен на периоды. По рациональному принципу не следует спешить, не надо давать ученикам непосильные физические нагрузки. Особо пристальное внимание следует уделить подготовке на первом году обучения. От этого во многом зависит будущее учеников, это этап их формирования.

Рекомендации по распределению учебного материала на год (второй, третий годы обучения)

Первая четверть посвящена повторению движений, пройденных в предшествующем классе, и постепенному приведению организма учащихся в состояние полной работоспособности. В среднем на это отводится 2-3 недели. Остальное время – прохождение наиболее простых элементов программы и усложненное сочетание движений, пройденных в предыдущем классе.

Вторая четверть отводится на изучение более сложных элементов программы и более сложные комбинированные упражнения.

В третьей четверти, после зимних каникул необходимо привести организм учащихся в «рабочую форму» и повторить учебный материал второй четверти. На третью четверть планируется изучение наиболее трудных элементов программы и наиболее сложная координационная работа с движениями, пройденными в первом полугодии.

В четвертой четверти предусматривается продолжение изучения учебного материала, последние две недели отводятся для подготовки к экзамену (зачету).

При подготовке к уроку необходимо:

Наметить новые примеры (упражнения) в соответствии с задачами каждой части урока для дальнейшего укрепления и совершенствования накопленных знаний и навыков учащихся.

Определить новый материал (предусмотренный программой, в том числе, танцевальный) для изучения.

Вводить новый материал в различные комбинированные задания.

Определить совместно с концертмейстером соответствующий характер музыкального сопровождения каждой части урока.

Готовясь к очередному уроку, надо также предусматривать, логику и форму подачи материала, при этом, затрагивая не только вопросы исполнительской техники, но и темы творчества, искусства танца, музыки и т.д.

Залогом успеха любого творческого коллектива является хорошо поставленная и правильно проводимая учебная работа. Данная программа предназначена для обучения детей основам классического танца и направлена на совершенствование физического и личностного развития ребенка. При этом всех детей необходимо учить в равной мере, разделение на более или менее способных может быть только на индивидуальных занятиях или в процессе работы над концертным репертуаром.

Основными принципами обучения являются:

- последовательное и постепенное развитие - весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному: при переходе из класса в класс происходит последовательное усложнение упражнений экзерсиса. Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Классический танец»;

- постепенное увеличение физической нагрузки происходит с учетом психологических, физических и возрастных особенностей детей;

- целенаправленность - строгое следование поставленным целям и задачам, непрерывное повышение уровня исполнения и целенаправленной умственной деятельности учащегося, устремляющего свою волю, внимание, память на выполнение поставленной перед ним конкретной задачи;

- гибкость – возможность изменений (уменьшения или увеличения количества упражнений), предусмотренных программой комплексов

упражнений на основе анализа возможностей данных учеников;

- учет индивидуальных особенностей ученика: интеллектуальных, физических, музыкальных и эмоциональных данных, уровня его подготовки;

- укрепление здоровья учащихся, исправление физических недостатков, таких, как: сколиоз, плоскостопие, «завернутость» стоп, вальгус, слабый мышечный тонус и т.д., создание прекрасной физической формы тела учащегося, поддержание и совершенствование ее; создание условий для исправления физических недостатков и укрепления здоровья - важнейшего качества танцевального экзерсиса.

С первых занятий ученикам полезно рассказывать об истории возникновения хореографического искусства, о балетмейстерах, композиторах, выдающихся педагогах и исполнителях, наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения, использовать ряд методических материалов (книги, картины, гравюры, видео материал), цель которых – способствовать восприятию лучших образцов классического наследия на примерах русского и зарубежного искусства, помочь в самостоятельной творческой работе учащихся. В развитии творческого воображения и интереса к занятиям играют значительную роль посещение балетных спектаклей, просмотр видео материалов.

Следуя лучшим традициям русской балетной школы, преподаватель в занятиях с учеником должен стремиться к достижению им поставленной цели, добиваясь грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевального движения, комбинации движений, умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа, умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию необходимых физических качеств; умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения. Исполнительская техника является необходимым средством для исполнения любого танца, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место в работе занимает развитие танцевальности, которой отведено особое место в хореографии и методической литературе всех эпох и стилей. Поэтому, с первых занятий необходимо развивать умение слышать музыку и на этой основе развивать творческое воображение у учащихся.

Значительную роль в данном процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий, которое помогает раскрывать характер, стиль, содержание. Работа над качеством исполняемого движения в танце, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка,

техникой - важнейшими средствами хореографической выразительности - должна последовательно проводиться на протяжении всех лет обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя. В работе над хореографическим произведением необходимо проследить связь между художественной и технической сторонами изучаемого произведения. Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, глубоко продуман план урока. В начале каждого полугодия преподаватель составляет для учащихся календарно-тематический план, который утверждается заведующим отделом. В конце учебного года преподаватель представляет отчет о его выполнении с приложением краткой характеристики работы данного класса.

При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально-личностные особенности и уровень подготовки учащихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности. Календарно-тематические планы вновь поступивших учащихся должны быть составлены к концу сентября после детального ознакомления с особенностями, возможностями и уровнем подготовки учеников.

Список методической литературы

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки», 2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и «Респекс», 1996
4. Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 1987
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007
6. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
7. Вольнский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ», 1992
8. Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах» - М., Искусство, 1989
9. Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» / учебное пособие. СПб: Типография Наука, 2006
10. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
11. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011

12. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» - Л.: Искусство, 1981
13. Костровицкая В.С., Писарев А. «Школа классического танца» - Л.: Искусство, 1986
14. Красовская В.М. История русского балета. - Л., 1978
15. Красовская В.М. Агриппина Яковлевна Ваганова. - Л.: "Искусство", 1989
16. Красовская В.М. Павлова. Нижинский. Ваганова. Три балетные повести. - М.: "Аграф", 1999
17. Мессерер А. «Уроки классического танца» - М.: «Искусство», 1967
18. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
19. Русский балет: энциклопедия. М: Согласие, 1997
20. Тарасов Н. «Классический танец». М.: Искусство, 1981
21. Тарасов Н.И. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М.: Искусство, 1987
22. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
23. Ярмолевич Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986

ПОДГОТОВКА КОНЦЕРТНЫХ НОМЕРОВ

Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Процесс подготовки концертных номеров формирует у детей и подростков исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат ребенка. Учащиеся должны получить возможность раскрыть заложенные в каждом творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения.

На занятиях применяются знания, умения, навыки, приобретенные учащимися на уроках классического танца, народно-сценического танца и других.

При изучении предмета необходимо активно использовать современные технические средства, просмотр видеоматериала, кинофильмов, прослушивание музыкального материала и т.д., которые могут служить примером в изучении предмета «Подготовка концертных номеров».

Необходимо приводить примеры из творческой деятельности ведущих мастеров хореографического искусства, а также знакомить с лучшими спектаклями, концертными программами и отдельными номерами хореографических коллективов.

Для более углубленного изучения курса «Подготовка концертных номеров» необходимо посещение концертов профессиональных и любительских коллективов, выставок, музеев с последующим их обсуждением и анализом.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с 7 до 11 лет, составляет 4 года.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Подготовка концертных номеров».

Срок обучения – 4года

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы			
	1	2	3	4
Максимальная учебная нагрузка (на весь период обучения, в часах)	36	36	36	72
Количество часов на аудиторные занятия	36	36	36	72
Общее количество часов на аудиторные занятия	180			

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий: групповая, рекомендуемая продолжительность урока – 40-45 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально - психологические особенности.

5. Цель и задачи учебного предмета «Подготовка концертных номеров»

Цель: развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров.

Задачи:

- развитие танцевальности, чувства позы, умение правильно распределять сценическую площадку;

- развитие музыкальности, координации движений;
- развитие чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательнотанцевальных способностей, артистизма;
- приобретение обучающимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности в ансамбле;
- умение преодолевать технические трудности при исполнении сложных комбинаций;
- формирование у одаренных детей комплекса знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства.

6. Обоснование структуры учебного предмета

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение УП;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- метод организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (самоанализ ребенка);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).

Предложенные методы работы в рамках общеразвивающей образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета «Подготовка концертных номеров»

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Балетные учебные залы для занятий по учебному предмету "Подготовка концертных номеров" должны быть оборудованы балетными станками, зеркалами размером 7м x 2м. Необходимо наличие музыкального инструмента и/или аудио аппаратуры.

Необходимо наличие концертного зала и фонотеки.

Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Подготовка концертных номеров»:

Срок обучения – 4 года

Класс	Распределение по годам обучения			
	1	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	36	36	36	36
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1	2
Общее количество часов на аудиторные занятия (по годам)	36	36	36	72
Общее количество часов на аудиторные занятия	180			

Требования по годам обучения

Настоящая программа отражает разнообразие репертуара, его академическую направленность, а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику. Количество музыкальных хореографических постановок, рекомендуемых для изучения в каждом классе, дается в годовых требованиях.

Срок обучения – 4 года

1 класс

Приобретение навыка: танцевать в паре и чувствовать партнера, распределять сценическую площадку. Умение исполнять движения польки: подскоки, галоп.

Примерный перечень хореографических номеров (по выбору)

1. «Кукла» (произвольная композиция). Музыка В. Шаинского
2. Танец колокольчиков (произвольная композиция). Музыка П. Чайковского
3. Танец гномов (произвольная композиция). Музыка Э. Грига. «В пещере горного короля».
4. Танец кукол и солдатиков» (произвольная композиция). Музыка Д. Шостаковича «Вальс-шутка».

В первом классе в конце года проводится промежуточная аттестация в виде отчетного концерта.

2 класс

Изучение движений и их разнообразных вариаций, что способствует улучшению памяти и сообразительности, умению сосредотачиваться, необходимому в дальнейшем в хореографических постановках. Усложнение движений, их соединение между собой, умение перейти от одного движения к другому. Отработка исполнения учащимися небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок.

Примерный перечень хореографических номеров

- 1.«Аквариум» (произвольная композиция). Музыка К. Сен-Санса из сюиты «Карнавал Животных»
- 2.«Танец мотыльков» (произвольная композиция). Музыка С. Рахманинова «Итальянская полька»
- 3.«Танец цветов и бабочек» (произвольная композиция). Музыка Ф. Шуберта
- 4.«Танец снежинок» (произвольная композиция). Музыка Л. Делиба

Во втором классе в течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце года проводится промежуточная аттестация в виде отчетного концерта.

3 класс

Усложнение движений, их соединение между собой, умение перейти от одного движения к другому. Отработка исполнения учащимися небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок.

Примерный перечень хореографических номеров

1. Финская полька (произвольная композиция)
2. Чешская полька «Аннушка» (произвольная композиция)
3. Школьная полька (произвольная композиция)
4. Музыка М. Мусоргского «Балет невылупившихся птенцов».

Хореография К. Голейзовского

В третьем классе в течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце года проводится промежуточная аттестация в виде отчетного концерта.

4 Класс

Воспитание у детей навыков, которые помогают создавать танцевальные образы. Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Знание того, что артист в этом танце рассказать зрителю.

Примерный перечень хореографических номеров

1. П.И. Чайковский Танец детей из I акта балета «Щелкунчик», хореография В. Вайнонена
2. Э.Григ. «Норвежский танец». Постановка Е. Снетковой-Вечесловой
3. Белорусский танец «Крыжачок»
4. Белорусский танец «Бульба»

В четвертом классе в течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце учебного года проводится промежуточная аттестация в виде отчетного концерта.

Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения образовательной программы учебного предмета «Подготовка концертных номеров», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких:

- умение осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;
- умение работы в танцевальном коллективе;
- умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- умение понимать и исполнять указание преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции,
- навыки участия в репетиционной работе.

Формы и методы контроля, система оценок

1. *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оценка качества реализации программы "Подготовка концертных номеров" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: академических и тематических концертах, конкурсах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов. Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотра концертных номеров, концертов, исполнения концертных программ.

Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Программа по предмету «Подготовка концертных номеров» предлагает *примерный* репертуар хореографических постановок. Каждое образовательное учреждение имеет танцевальные номера, составляющие основу репертуара данного учреждения. Отбор танцев из общего репертуара должен проводиться в соответствии с учебной программой образовательного учреждения.

Занятия на каждом году обучения строятся по следующей схеме: вводное слово преподавателя; слушание музыки и ее анализ; разучивание элементов танца, поз, переходов и рисунка танца.

Вводное слово преподавателя. Перед разучиванием нового танца преподаватель сообщает о нем некоторые сведения: история возникновения, характерные особенности музыки и хореографии. Если танец построен на элементах народной пляски, необходимо рассказать о характерных чертах данного народа, при разучивании фрагмента из балета дается информация о времени его создания, о стиле исполнения, характерном для той эпохи.

Слушание музыки и ее анализ. Преподаватель предлагает прослушать музыку к танцу, определить ее характер, темп, музыкальный размер и т.д.

Следующий этап – разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. При разучивании движений с детьми хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, а затем исполняют их самостоятельно. Для разучивания особенно сложных движений может быть

применено временное упрощение. Затем движения постепенно усложняются, приближаясь к законченной форме. Когда основные движения, позы, рисунок изучены, необходимо приступать к соединению их в танцевальные комбинации.

Любой танец - классический, народный – эмоционально окрашен. В любом танце утверждаются определенные черты характера, определенные взаимоотношения между исполнителями. Работа над танцевальным образом начинается со слушания музыки и происходит постепенно и неотрывно до отработки движений.

При организации образовательного процесса используются методы: наблюдение, убеждение, стимулирование, создание ситуации успеха для каждого ребенка.

Основой для совершенствования движений и воспитания у детей необходимых двигательных навыков является восприятие музыки. Подбор музыкального материала для ведения занятий играет большую роль.

Словесное объяснение преподавателя используется на занятиях и включает в себя основные рабочие и профессиональные термины, точные определения.

Показ движений применяется педагогом для передачи ученикам характера движений. Показ помогает ученикам выразительнее, эмоциональнее и технически правильно исполнить любое движение, упражнение, танцевальные комбинации.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется прием выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намека на унижение личности ребенка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.



Список рекомендуемой методической литературы

1. Белозерова В.В. «Традиционная культура Орловского края». Орел, 2005
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Санкт-Петербург, 2000
3. Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов с нотным приложением». «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ». Санкт-Петербург, 2010
4. Заикин Н.И., Заикина Н.А. «Областные особенности русского народного танца». Часть I, Орел, 1999

5. Заикин Н.И., Заикина Н.А. «Областные особенности русского народного танца». Часть II, Орел, 2004
6. Климов А.А. «Основы русского народного танца». Москва: «Искусство», 1981
7. Ткаченко Т.С. «Народный танец». Москва: «Искусство», 1954
8. Ткаченко Т.С. «Народные танцы». Москва: «Искусство», 1975

VI. Система и критерии оценок промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы

Текущий учет и контроль

В качестве средств текущего контроля успеваемости учащихся, используются следующие формы:

- контрольные уроки;
- устные опросы;
- концерты;
- просмотры;
- класс-концерты

Оценки по изучаемым дисциплинам могут выставляться на каждом уроке, либо еженедельно по каждому учебному предмету (по решению преподавателя).

Текущие оценки, выставляемые преподавателем учащимся заносятся в классный журнал, а также в дневники учащихся.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков экзаменов. Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях.

График промежуточной и итоговой аттестации по классам и учебным предметам программы «Основы хореографического творчества»

Учебный предмет	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
	I	II	I	II	I	II	I	II
полугодия								
1. Гимнастика	-	КУ	-	КУ	-	КУ	КУ	ИА
2. Ритмика	-	КУ	-	Э	-	-	-	-
3. Основы классического танца	-	КУ	-	КУ	-	КУ	КУ	ИА
4. Подготовка концертных номеров	-	К	-	К	-	К	-	К

Обозначения:

КУ – контрольный урок

К – концертное выступление

Э – экзамен (промежуточная аттестация)

ИА – итоговая аттестация (выпускной экзамен)

Критерии оценки качества исполнения на контрольном уроке, экзамене.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам исполнения программы на просмотре, концерте, конкурсе выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на академическом концерте или конкурсе;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются Школой.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов:

- 1) Гимнастика;
- 2) Основы классического танца;

При прохождении итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями, в том числе:

- знания принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умения самостоятельно создавать музыкально - выразительный образ;
- навыки владения различными танцевальными движениями;
- навыки сценической практики;
- навыки ансамблевого исполнения танцевальных номеров.

Орловская детская хореографическая школа им. Э. М. Ганковой