

## Методическое обеспечение программы

### Формы организации учебно-воспитательного процесса

#### 1) Теория хореографии:

- а). беседы;
- б). устный и письменный опросы по полугодиям.

#### 2) Хореографические навыки (формирование, развитие, совершенствование):

- а). комбинации, упражнения;
- б). конкурсная направленность;
- в). концертная деятельность.

#### 3) Разучивание репертуара:

- а). элементы танцев;
- б). репетиционная деятельность.

#### 4) Сценическое движение и поведение.

- а). тренинги;
- б). беседы и лектории о поведении и организации сценического пространства и поведения;
- в). концертная деятельность.

### Методы организации учебно-воспитательного процесса

**Словесные** (беседы, рассказы, анализ, обсуждение, прием словесной репрезентации образа хореографического движения).

**Наглядные** (образный показ педагога, подражание образам окружающей действительности, прием тактильно-мышечной наглядности, наглядно-слуховой прием, демонстрация эмоционально-мимических навыков, демонстрация конкурсных выступлений и видеоматериала).

**Практические** (соревновательность и переплясность, использование ассоциаций-образов, комплексный прием обучения, выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений), сравнение и контрастное чередование движений и упражнений, прием пространственной ориентации, хореографическая импровизация, прием художественного перевоплощения).

**Психолого-педагогические методы** (прием педагогического наблюдения, прием проблемного обучения и воспитания, прием дифференцированного подхода, прием контрастного чередования психофизических нагрузок и релаксации, педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений).

#### **Дидактические материалы**

1. Иллюстрации с изображением национальных костюмов.
2. Схемы-таблицы "Позиции ног", "Позиции рук".
3. "Словарь" терминологии классического, народного и современного танца.
4. Тематические папки по истории танца:
  - "Актерское мастерство в хореографии",
  - "Музыка и танец".
4. Видеоматериалы с записями других хореографических коллективов как наглядный пример исполнительного мастерства.
5. Фотоматериалы с выступлений.

#### **Методические рекомендации по реализации программы**

На *1-ом году обучения* изучаются основные формы танцевальных движений. Идет постепенное нарастание мышечной массы и общей физической нагрузки, координационной сложности движений. Задачей 1-ого года обучения является развитие физических данных: выворотности ног, гибкости, устойчивости корпуса, танцевального шага, прыжка, развитие элементарной координации и музыкальности, умения согласовывать движения с музыкальным ритмом. В конце года, по итогам освоения материала, проводится промежуточная аттестация обучающихся, в которую включаются практические занятия (открытый урок) и тестирование по теоретическому материалу. Также в конце года проходит отчётный концерт, где обучающиеся представляют концертные номера.

На *2-ом году обучения* усложняются упражнения на развитие гибкости, эластичности и растяжки мышц и связок. Выполняется большее количество повторений. Осваиваются основные элементы экзерсиса на середине зала,

прыжки, повороты и наклоны корпуса и головы и учебно-танцевальные элементы. Движения исполняются сначала в несложных комбинациях с постепенным ускорением темпа. По мере усвоения материала танцевальные комбинации усложняются, исполняются в быстром темпе. Продолжается изучение элементов народного танца и современной хореографии, более сложные упражнения партерной пластики направлены на укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата обучающихся.

На *3-м году обучения* для развития координации и танцевальности используются комбинированные задания, в которые вводятся движения и более сложные ритмические танцевальные связки. Составляются учебно-танцевальные комбинации, которые развивают выразительность, осмысленное восприятие и передачу характера музыки. Общий темп урока ускоряется. Используется импровизация на свободную тему в различных стилях танца (народный, современный).

Чтобы удержать детей в коллективе репертуар должен быть разнообразным и соответствовать современным ритмам жизни. Так же очень важна досуговая деятельность коллектива, чтобы дети не только вместе занимались одним делом, но и дружили, общались между собой. Многие дети имеют ряд комплексов, и как раз занятия в хореографическом коллективе помогают избавиться от них. Родители активно включаются в процесс развития мотивации к занятиям хореографией. Благодаря занятиям в ансамбле формируется устойчивая эмоциональная среда, которая помогает учащимся адекватно адаптироваться в социальной сфере.

Развитие сенсорной и музыкальной памяти, слуха, чувства ритма, координации движений в огромной мере способствует общему развитию, укреплению здоровья, становлению полноценной творческой личности. При формировании коллектива выявляются дети примерно одного возраста с достаточно выраженными хореографическими данными, музыкальным слухом, музыкальной памятью, чувством ритма и большим желанием заниматься танцем.

По итогам освоения программы обучающимися проводится итоговая аттестация, где включена проверка и практических навыков, и знания теоретического материала. В конце года также проводится отчётный концерт.

### **Психолого-педагогическое сопровождение программы**

На Кольском Севере существует такая проблема как недостаток кислорода в воздухе. Благодаря активным занятиям в танцевальном коллективе у обучающихся возрастает жизненная емкость легких, увеличивается окружность и подвижность грудной клетки. Легкие лучше расправляются, кровоток во всех отделах становится равномерным. Хорошая вентиляция легких необходима для того, чтобы человек получал достаточно кислорода, иначе не избежать снижения работоспособности, предрасположенности к заболеваниям.

Занятия танцами развивают все виды мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое. Специально подобранные задания, упражнения, танцевальные композиции заставляют детей думать, размышлять, анализировать, делать выводы.

Подростковый возраст требует особого подхода к организации занятий хореографией. Бурный рост, созревание организма, происходящие психологические изменения – всё это отражается на функциональных состояниях подростка. 10–15 лет – период повышенной активности, значительного роста энергии. Но это период и повышенной утомляемости, некоторого снижения работоспособности. Часто за двигательным беспокойством, повышенной возбудимостью подростков скрывается именно быстрое и резкое утомление, которое сам ребенок в силу недостаточной зрелости ещё не может не только проконтролировать, но и понять. Происходящие в моторной сфере изменения: новое соотношение роста мышц и мышечной силы, изменения пропорции тела – приводят к временным нарушениям координации крупных и мелких движений. Подростки становятся неловкими, суетливыми, делают много лишних движений. Следует помнить, что в этом возрасте дети очень переживают собственную

неуклюжесть, повышено чувствительны как к насмешкам по этому поводу, так и к оказываемой помощи. Для них необходимы специальные игровые занятия по развитию моторики, координации движений, так как в игре легче снять психоэмоциональное напряжение детей и их личностные переживания по поводу собственной неуклюжести.

В ходе бурного роста и физиологической перестройки организма у подростков может возникнуть чувство тревоги, повышенная возбудимость, сниженная самооценка. В качестве общих особенностей этого возраста отмечаются изменчивость настроений, эмоциональная неустойчивость. Придирчивое отношение к окружающим сочетается с острым недовольством собой. Их поведение нередко характеризуется демонстративностью, частой сменой настроения. В тоже время у подростков формируются очень важные поведенческие реакции, на которые педагогу следует обратить внимание. К ним, например, относятся: реакция группирования со сверстниками, реакция увлечения (хобби). Подросткам свойственно инстинктивное тяготение к сплочению, к группированию, где вырабатываются и апробируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине, умение завоевывать авторитет и занять желаемый статус. В группе сверстников более эффективно отрабатывается самооценка подростка. Именно в этом возрасте развиваются умения коллективного ансамблевого взаимодействия, чувство «локтя партнера», формируются личностные качества сила, выносливость, ловкость.

Занятия хореографией отлично подходят для самоутверждения подростка. На этом этапе взросления ребенка отмечается прогрессивный характер развития внимания, мышления, фантазии, воображения, обеспечивается рост всех их сторон: объема, устойчивости, избирательности, переключения. Именно в этом возрасте у подростков, занимающихся хореографией, формируются выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, закладываются основы здорового образа жизни. Главная новая черта, появляющаяся в психологии

подростка по сравнению с ребенком младшего школьного возраста, – это более высокий уровень самосознания, потребность осознать себя как личность. Л. С. Выгодский считает, что формирование самосознания составляет главный итог переходного возраста.

Занятия хореографией являются многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка и создают огромные возможности для полноценного духовного, эстетического и физического развития и становления личности обучающихся.

Подростковый возраст обычно характеризуют как переломный, переходный, критический, но чаще как возраст полового созревания. Л. С. Выготский различал три точки созревания: *органического, полового и социального*. У человека в истории развития общества точки полового и социального развития совпадали, и это отмечалось обрядом инициации, тогда как органическое созревание наступало еще через несколько лет. У современного ребенка все линии развития разошлись. Теперь мы наблюдаем сначала половое созревание, затем органическое и спустя некоторое время – социальное. Это расхождение и обусловило возникновение подросткового возраста, который охватывает возраст от 10-11 до 15 лет.

Многосторонний анализ подросткового возраста в европейской и американской психологии развития, несмотря на неадекватную, в основном биологизаторскую трактовку этого периода жизни, составляет необходимый фон для раскрытия и понимания новых тенденций в изучении отрочества, которые отмечаются в культурно-исторической концепции Л. С. Выготского и его школы.

Л. С. Выготский подробно рассматривал проблему интересов в переходном возрасте, называя ее "ключом ко всей проблеме психологического развития подростка". Он писал, что все психологические функции человека на каждой ступени развития, в том числе и в подростковом возрасте, действуют не бессистемно, не автоматически и не случайно, а в определенной системе, направляемые конкретными, отложившимися в

личности стремлениями, влечениями и интересами. В подростковом возрасте, подчеркивал Л. С. Выготский, имеет место период разрушения и отмирания старых интересов, и период созревания новой биологической основы, на которой впоследствии развиваются новые интересы.

Л. С. Выготский перечислял несколько основных групп наиболее ярких интересов подростков, которые он назвал доминантами. Это "эгоцентрическая доминанта" (интерес подростка к собственной личности); "доминанта дали" (установка подростка на обширные, большие масштабы, которые для него гораздо более субъективно приемлемы, чем ближние, текущие, сегодняшние); "доминанта усилия" (тяга подростка к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, которые иногда проявляются в упорстве, хулиганстве, борьбе против воспитательского авторитета, протеста и других негативных проявлениях); "доминанта романтики" (стремление подростка к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму).

Л. С. Выготский особое внимание обращал на развитие мышления в подростковом возрасте. Главное в развитии мышления – овладение подростком процессом образования понятий, который ведет к высшей форме интеллектуальной деятельности, новым способам поведения. По словам Л. С. Выготского, функция образования понятий лежит в основе всех интеллектуальных изменений в этом возрасте.

Для подросткового возраста характерно господство детского сообщества над взрослым. Здесь складывается новая социальная ситуация развития. Идеальная форма – то, что ребенок осваивает в этом возрасте, с чем он реально взаимодействует, – это область моральных норм, на основе которых строятся социальные взаимоотношения. Общение со своими сверстниками – ведущий тип деятельности в этом возрасте. Именно здесь осваиваются нормы социального поведения, нормы морали, здесь устанавливаются отношения равенства и уважения друг к другу. Если подросток в школе не может найти системы удовлетворяющего его общения,

он часто "уходит" из школы, разумеется, чаще психологически, хотя не так уж редко и буквально.

Образовательная (учебная) деятельность. Дети общаются, их отношения строятся на кодексе товарищества, полного доверия и стремления к абсолютному взаимопониманию. В этот период учебная деятельность для подростка отступает на задний план. Центр жизни переносится из учебной деятельности, хотя она и остается преобладающей, в деятельность общения. Главное происходит на переменках. Туда выплескивается все самое сокровенное, сверхсрочное, неотложное. Интересно складывается система отношений с учителем: то место, которое ребенок занимает внутри коллектива, становится даже важнее оценки учителя. В общении осуществляется отношение к человеку именно как к человеку. Как раз здесь происходит усвоение моральных норм, осваивается система моральных ценностей. Здесь идет мыслимое и воображаемое проигрывание всех самых сложных сторон будущей жизни. Эта возможность совместно – в мысли, в мечте – проработать, проиграть свои стремления, свои радости имеет важное значение для развития внутренней жизни. И это единственная деятельность, в которой будущая жизнь может быть мысленно "продействована".

В переходный период происходят преобразования в самых различных сферах психики. Кардинальные изменения касаются *мотивации*. В содержании мотивов на первый план выступают мотивы, которые связаны с формирующимся мировоззрением, с планами будущей жизни. Структура мотивов характеризуется иерархической системой, наличием определенной системы соподчиненных различных мотивационных тенденций на основе ведущих общественно значимых и ставших ценными для личности мотивов. Что касается механизма действия мотивов, то они теперь действуют не непосредственно, а возникают на основе сознательно поставленной цели и сознательно принятого намерения. Именно в мотивационной сфере, как считала Л. И. Божович, находится главное новообразование переходного возраста.



С мотивационной сферой тесно связано нравственное развитие школьника, которое существенным образом изменяется именно в переходном возрасте. Усвоение ребенком нравственного образца происходит тогда, когда он совершает реальные нравственные поступки в значимых для него ситуациях. Но усвоение этого образца не всегда проходит гладко. Совершая различные поступки, подросток больше поглощен частным содержанием своих действий. Процессы эти весьма глубинные, поэтому часто изменения, происходящие в области нравственности, остаются незамеченными ни родителями, ни учителями. Но именно в этот период существует возможность оказать нужное педагогическое влияние, потому что вследствие недостаточной обобщенности нравственного опыта нравственные убеждения ребенка находятся еще в неустойчивом состоянии.

Таким образом, описанные возрастные особенности личности учащихся среднего этапа обучения являются основным фактором, который должен быть принят во внимание педагога. Учитывая основные психологические новообразования среднего школьного возраста, педагог обязан также учитывать особенности проведения уроков на данном этапе и строить учебный процесс согласно формуле успешного обучения: преподавание хореографического искусства должно строиться на понимании сущности обучения предмету как процессу взаимодействия учителя и учащихся, вовлекающему в себя стремление к соучастию, сопереживанию, совместную увлеченность коммуникационно-познавательной деятельностью. Такие условия способствуют личностно-ориентированной направленности обучения и помогают обучающемуся стать активным участником учебного процесса.

### **Условия реализации программы**

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения:

- танцевальный зал, соответствующий требованиям СанПиН;
- зеркальная стенка;

- наличие "станка" (хореографическая палка);
- фортепьяно;
- аудиоаппаратура: диски и кассеты;
- специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки);
- сценические костюмы.

### Список литературы

1. Борисова, Т. Л. Особенности работы с хореографическими ансамблями / Т. Л. Борисова // Искусство в школе. – 2015. – №1. – С. 21-22: ил.
2. Бурцева Г.В. Принципы композиции современного танцевального жанра // Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона: Сб. статей. – Барнаул: Изд-во: АлГАКИ, 2006. – С. 121.
3. Бухвостова, Л. В. Композиция и постановка танца [Текст] / Л. В. Бухвостова, С. А. Щекотихина. – Орел, 2003. – 215 с.
4. Есаулов, И. Г. Народно-сценический танец: учеб. пособие / И. Г. Есаулов, К. А. Есаулова. – 2-е изд. стер. – Санкт-Петербург [и др.]: Лань: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2014. – 207 с.: ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).
5. Есаулов, И. Г. Хореодраматургия. Искусство балетмейстера / И. Г. Есаулов. – Ижевск: Изд-во Удмурского университета, 2000. – С. 320.
6. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца: заметки хореографа: учеб. пособие / Д. Зайфферт; [пер. с нем. В. Штакенберга]. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург [и др.]: Лань: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2015. – 127 с.: ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).
7. Медведь, Э. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования [Текст] / Э. Медведь. – Москва, 2002. – 268 с.
8. Митрохина, Л. В. Основы актерского мастерства в хореографии [Текст] / Л. В. Митрохина. – Орел, 2003. – 274 с.

9. Нилов, В. Н. Хореография: Программа и методическое пособие для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств [Текст] / В. Н. Нилов. – М.: МОУМЦ, 2001. – 215 с.

10. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. – М.: МГУКИ, 2003.

11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 № 33660).

12. Пузакова, И. П. Начальный этап обучения хореографии / И. В. Пузакова // Искусство в школе. – 2015. – № 1. – С. 19-21: ил.

13. Рогова, С. А. Здоровьесберегающие технологии на занятиях хореографией / С. А. Рогова, Н. А. Аносова // Дополнительное образование и воспитание. – 2015. – № 9. – С. 53-55.

14. Ткаченко, Т. Работа с танцевальными коллективами [Текст] / Т. Ткаченко. – Москва, 2005. – 194 с.

### **Список рекомендуемой литературы для обучающихся**

1. Ваганова, А. Я. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений / А. Я. Ваганова. – СПб.: Лань, 2007. – 192 с.

2. Давлекамова, С. Спящая красавица [Текст] / С. Давлекамова, П. Чайковский. М.: Муз. изд-во П. Юргинсон, 2008. – 112 с.

3. Иванникова, О. В. Народные танцы [Текст]: учебное пособие / О. В. Иванникова. – М., 2007. – 176 с.

4. Меднис, Н. В. Введение в классический танец [Текст] / Н. В. Меднис, С. Г.Ткаченко. – М.: Планета музыки, Лань, 2011. – 64 с.

5. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец, методика преподавания [Текст] / В. Ю. Никитин. - М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002. – 160 с.



**Материалы к аттестации учащихся  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе "Студия современного танца"**

**I год обучения  
I полугодие**

Предполагаемые результаты к концу I года обучения:

**ЗНАНИЯ:**

- как основные, так и более сложные, технические движения и элементы в современном танце (вращения, повороты, координационные движения);
- элементы хореографических форм в простейших соединениях;
- основные позиции, положения и движения танца «Модерн», «Джаз-танца»;
- терминологию современного танца.

**УМЕНИЯ:**

- грамотно исполнять элементы и движения современного танца (техническое исполнение связок);
- исполнять комбинации в танце «Модерн», «Джаз-танце»;
- мыслить композиционно;
- исполнять прыжковые комбинации на середине и по диагонали;
- владеть партером (упражнения и растяжки на полу);
- передавать характер музыкального произведения.

**ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА**

**ТЕОРИЯ:**

**1). Что такое «Plie»?**

- а). подъём на полупальцы;
- б). маленькое приседание;
- в). круг ногой по полу.

**2). Какая позиция ног чаще всего используется в народном танце?**

- а). первая позиция ног;
- б). вторая позиция ног;
- в). третья позиция ног.

**3). Что такое «Twist»?**

- а). «раскачивание»;
- б). «сброс, бросок»;
- в). «скручивание».

**4). Правильное положение «Jerk Position»:**

- а). плечи рук отведены назад, предплечья – вперёд;
- б). плечи рук и предплечья отведены назад;
- в). плечи рук отведены вперёд, а предплечья – назад.

**5). Принцип стилизации народного танца:**

- а). современные ноги и народные руки;
- б). народные ноги и современные руки;
- в). современные ноги и руки.

**6). Что такое «Battement tendu»?**

- а). «тающий battement», где одновременно идёт сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах;
- б). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении;
- в). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении.

**7). По какой позиции делается соскок в народном танце?**

- а). по первой позиции ног;
- б). по третьей позиции ног;
- в). по шестой позиции ног.

**8). Что такое «Shake»?**

- а). «сброс, бросок»;
- б). «скручивание».
- в). «тряска».

**9). Что такое «Point»?**

- а). позиции наружу;
- б). вытянутое положение ноги (на носок);
- в). позиции внутрь.

**10). Что такое «Flex»?**

- а). сокращённые положения стопы или руки;
- б). вытянутое положение ноги (на носок);
- в). перенос тяжести тела на пятку.

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА**

### **ПРАКТИКА:**

1. Прохлопать ритм по заданию концертмейстера.
2. Правильно пройти в такт музыки; сохраняя красивую осанку, иметь навык мягкого шага с носка на пятку.
3. Грамотно исполнять основные шаги, бег, подскоки на середине зала и по диагонали.
4. Знать позиции рук и ног классического и народного танцев.
5. Показать основные положения рук и ног в современном танце.

# І год обучения

## ІІ полугодие

Предполагаемые результаты к концу I года обучения:

### ЗНАНИЯ:

- как основные, так и более сложные, технические движения и элементы в современном танце (вращения, повороты, координационные движения);
- элементы хореографических форм в простейших соединениях;
- основные позиции, положения и движения танца «Модерн», «Джаз-танца»;
- терминологию современного танца.

### УМЕНИЯ:

- грамотно исполнять элементы и движения современного танца (техническое исполнение связок);
- исполнять комбинации в танце «Модерн», «Джаз-танце»;
- мыслить композиционно;
- исполнять прыжковые комбинации на середине и по диагонали;
- владеть партером (упражнения и растяжки на полу);
- передавать характер музыкального произведения.

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

### ТЕОРИЯ:

#### **1). Что такое «Battement tendu jete»?**

- а). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении;
- б). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении;
- в). большой бросок рабочей ноги на 90° и выше.

#### **2). С какого положение стопы начинается движение «Ковырялочка»?**

- а). нога на пятке;
- б). завёрнутая стопа на носке;
- в). нога на носке.

#### **3). Что такое «Body roll»?**

- а). «сброс, бросок»;
- б). «тряска»;
- в). «волна».

#### **4). Что такое «Head accent»?**

- а). толчки головой;
- б). броски головой;
- в). акценты головой.

#### **5). Что такое позиция «Auto»?**

- а). позиции ног и рук внутрь;

- б). позиции ног и рук наружу;
- в). параллельные ног и рук позиции.

**6). Что такое «Rond de jambe par terre»?**

- а). круг рабочей ногой по полу;
- б). круг рабочей ногой по воздуху;
- в). круг рабочей ногой на 90° и выше.

**7). Что исполняют в части урока «Allegro»?**

- а). прыжки и подскоки;
- б). работа по кругу;
- в). работа на полу.

**8). Что такое «Hip lift»?**

- а). «тряска» только ногой или рукой;
- б). поднятие бедра;
- в). положение тела на полупальцах, когда корпус отклонён назад.

**9). Что такое позиция «In»?**

- а). позиции ног и рук внутрь;
- б). позиции ног и рук наружу;
- в). параллельные ног и рук позиции.

**10). Что такое «Drop»?**

- а). «сброс, бросок»;
- б). «скручивание».
- в). «тряска».

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА**

### **ПРАКТИКА:**

1. Показ комбинаций движений классического и народного танцев, освоенных за год.
2. Показ комбинаций движений современного танца.
3. Демонстрация навыков правильной постановки корпуса, точных позиций рук и ног, показать изученные движения классического и народного экзерсиса.
4. Исполнять комбинации на простую координацию современного танца.
5. Грамотно ориентироваться в пространстве.



## Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
	<i>(1-3 балл)</i>	<i>(4-6 балла)</i>	<i>(7-10 баллов)</i>
<u>Техничность</u>	Путается в позициях рук и ног. Ноги невыворотные. Руки слабые, локти провисают.	Позиции рук и ног классического, народного и современного танца правильные. Ноги невыворотные. Руки недостаточно пластичные.	Позиции рук и ног классического, народного и современного танца правильные. Ноги выворотные. Руки пластичные, чёткие, сильные.
<u>Музыкально-ритмическая координация</u>	Ритмически неправильно исполняет движения. Не имеет навык мягкого шага.	Ритмически правильно исполняет движения, но допускает неточности. Шаги выполняет правильно, но в движении не удерживается осанка.	Выполняет движения музыкально, ритмично. Владеет навыком мягкого шага.
<u>Актерское мастерство</u>	Зжат. Не правильно показывает задаваемые жесты. Не владеет мимическими приемами передачи настроения.	Показывает задаваемые жесты не достаточно выразительно. Мимические приемы передачи настроения недостаточно применяются.	Выразительно передает задаваемый жест, импровизирует. Хорошо владеет мимическими приемами передачи настроения.
<u>Танцевальная грамотность</u>	Плохо знает танцевальную терминологию. Путается в понятиях и названиях.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общения на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.

## II год обучения I полугодие

### Предполагаемые результаты к концу II года обучения:

#### **ЗНАНИЯ:**

- терминологию классического, народного и современного танца;
- элементы и движения современного танца;
- правила развития сложных и перспективных элементов и соединений;
- усложненные танцевальные комбинации в сложном ритмическом рисунке.

#### **УМЕНИЯ:**

- исполнять комбинации сложной координации движений современного танца;
- исполнять танцевальные комбинации в быстром темпе;
- уверенно держаться на сценических площадках.

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

### ТЕОРИЯ:

#### **1). Что такое «Grand battement jete»?**

- а). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении;
- б). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении;
- в). большой бросок рабочей ноги на 90° и выше.

#### **2). В каком характере НЕ исполняется движение «Верёвочка»?**

- а). в украинском;
- б). в венгерском;
- в). в испанском.

#### **3). Что такое «Sundari»?**

- а). движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад;
- б). перенос тяжести тела на пятку;
- в). положение тела на полупальцах, когда корпус отклонён назад.

#### **4). Что такое «Kick step»?**

- а). шаг с ударом;
- б). шаг-подскок;
- в). прыжок с одной ноги на другую.

#### **5). Что такое «Гармошка»?**

- а). удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге;
- б). переменный шаг с продвижением вперед и назад;
- в). одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону.

#### **6). Что такое «Contraction»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.

#### **7). Что такое «Release»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.

#### **8). Что такое «Battement fondu»?**

- а). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении;
- б). «тающий battement», где одновременно идёт сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах;
- в). большой бросок рабочей ноги на 90° и выше.

**9). Что такое «Ротация»?**

- а). поворот вокруг своей оси;
- б). перенос тяжести тела на пятку;
- в). положение тела на полупальцах, когда корпус отклонён назад.

**10). Что такое «Step ball change»?**

- а). шаг с ударом;
- б). шаг-подскок;
- в). шаг, полупальцы, перемена.

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА**

### **ПРАКТИКА:**

1. Показать движения классического и народного танцев у станка (держась одной рукой за станок).
2. Показать движения современного танца под простую ритмическую музыку.
3. Уметь перестраиваться на: «Колонну», «Линию», «Круг», «Ромб» на 8 и 4 счёта.
4. Актёрское мастерство: «Зеркало», «Продолжи движение».
5. Придумать и исполнить несложную комбинацию из выученных движений современного танца.

## **II год обучения II полугодие**

Предполагаемые результаты к концу II года обучения:

### **ЗНАНИЯ:**

- терминологию классического, народного и современного танца;
- элементы и движения современного танца;
- правила развития сложных и перспективных элементов и соединений;
- усложненные танцевальные комбинации в сложном ритмическом рисунке.

### **УМЕНИЯ:**

- исполнять комбинации сложной координации движений современного танца;
- исполнять танцевальные комбинации в быстром темпе;
- уверенно держаться на сценических площадках.

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА**

### **ТЕОРИЯ:**

**1). Что такое «Battement frappe»?**

- а). удар и разгибание голени под углом 25-45°;
- б). «тающий battement», где одновременно идёт сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах;
- в). большой бросок рабочей ноги на 90° и выше.

## **2). Что такое «Молоточки»?**

- а). удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге;
- б). переменный шаг с продвижением вперед и назад;
- в). одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону.

## **3). Что такое «Нор»?**

- а). шаг с ударом;
- б). шаг-подскок;
- в). шаг, полупальцы, перемена.

## **4). Что такое «Lip»?**

- а). шаг с ударом;
- б). шаг-подскок;
- в). прыжок с одной ноги на другую.

## **5). Что такое «Изоляция»?**

- а). каждая часть тела, центр, двигается независимо от другой части;
- б). умение распределять напряжение в позвоночнике;
- в). работа по развитию тела, суть которой заключается в проработке движения одним конкретным суставом или одной частью тела при условии неподвижности всего остального организма.

## **6). Что такое «Полицентрия»?**

- а). работа по развитию тела, суть которой заключается в проработке движения одним конкретным суставом или одной частью тела при условии неподвижности всего остального организма;
- б). каждая часть тела, центр, двигается независимо от другой части;
- в). умение распределять напряжение в позвоночнике.

## **7). Что такое «Притон»?**

- а). переменный шаг с продвижением вперед и назад;
- б). удар всей стопой с весом или без веса;
- в). удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге.

## **8). Что такое «Contraction»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.

## **9). Что такое «Release»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.

## 10). Что такое «Body roll»?

- а). «сброс, бросок»;
- б). «тряска»;
- в). «волна».

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

### ПРАКТИКА:

1. Показать движения классического и народного экзерсиса у станка и на середине.
2. Показать движения современного танца под сложную ритмическую музыку.
3. Грамотно показать положения рук в парах, тройках. Показать перестроения в парах, тройках.
4. Придумать и исполнить сложную комбинацию из выученных движений современного танца.
5. Исполнять комбинации на координацию средней степени сложности современного танца.

## Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень (1-3 балл)	Средний уровень (4-6 балла)	Высокий уровень (7-11 баллов)
<u>Техничность исполнения движения</u>	Путается в позициях рук и ног.	Позиции рук и ног классического, народного и современного танца правильные	Позиции рук и ног классического, народного и современного танца правильные.
<u>Музыкально-ритмическая координация</u>	Плохая координация. Неверно исполняет ритмический рисунок.	Замедленная координация в определении заданной позы и позиций рук, ног. Путается в ритмическом рисунке.	Точно координирует заданную позу с позициями рук, ног. Музыкально верно исполняет ритмический рисунок.
<u>Актерское мастерство</u>	Не стремится предать заданный образ, комплексует при общем показе.	Выполняет задание с достаточным творческим подходом, но без яркого образного показа.	Творчески подходит к заданию, точно передает образ, с натуральностью, неповторимостью.
<u>Танцевальная грамотность</u>	Плохо знает танцевальную терминологию. Путается в понятиях и названиях.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общения на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.

# III год обучения

## I полугодие

Предполагаемые результаты к концу III года обучения:

### ЗНАНИЯ:

- терминологию классического, народного и современного танца;
- более сложные элементы и движения современного танца;
- сложные танцевальные комбинации ритмического рисунка в танце.

### УМЕНИЯ:

- исполнять комбинации сложной координации движений современного танца;
- исполнять танцевальные комбинации в быстром темпе;
- импровизировать на свободную музыкальную тему;
- уверенно держаться на сценических площадках.

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

### ТЕОРИЯ:

#### **1). Что такое «Battement tendu»?**

- а). «тающий battement», где одновременно идёт сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах;
- б). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении;
- в). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении.

#### **2). По какой позиции делается соскок в народном танце?**

- а). по первой позиции ног;
- б). по третьей позиции ног;
- в). по шестой позиции ног.

#### **3). Что такое «Low back»?**

- а). округление позвоночника в пояснично-грудном отделе;
- б). положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во 2ой параллельной позиции, пятки не отрываются от пола;
- в). группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой.

#### **4). Что такое «Jack knife»?**

- а). округление позвоночника в пояснично-грудном отделе;
- б). положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во 2ой параллельной позиции, пятки не отрываются от пола;
- в). группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой.

#### **5). Что такое «Sundari»?**

- а). движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад;
- б). перенос тяжести тела на пятку;
- в). положение тела на полупальцах, когда корпус отклонён назад.

**6). Что такое «Plie»?**

- а). подъём на полупальцы;
- б). маленькое приседание;
- в). круг ногой по полу.

**7). Что такое «Releve»?**

- а). подъём рабочей ноги на 90° и выше;
- б). подъём на полупальцы;
- в). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении.

**8). Что такое «Point»?**

- а). позиции наружу;
- б). вытянутое положение ноги (на носок);
- в). позиции внутрь.

**9). Что такое «Flex»?**

- а). сокращённые положения стопы или руки;
- б). вытянутое положение ноги (на носок);
- в). перенос тяжести тела на пятку.

**10). Что такое «Body roll»?**

- а). «сброс, бросок»;
- б). «тряска»;
- в). «волна».

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

### **ПРАКТИКА:**

1. Показать движения классического и народного экзерсиса у станка и на середине.
2. Показать движения современного танца под сложную ритмическую музыку.
3. Исполнить «Молоточки», «Веребочка», «Ковырялочка», «Моталочка», «Дроби».
4. Постановочная практика «В поисках творчества»: составить комбинацию на заданную тему (в любом стиле: классический, народный или современный танец).
5. Исполнять комбинации на координацию средней степени сложности современного танца.

## III год обучения II полугодие

### **Предполагаемые результаты к концу III года обучения:**

#### **Знания:**

- терминологию классического, народного и современного танца;
- более сложные элементы и движения современного танца;
- сложные танцевальные комбинации ритмического рисунка в танце.

### УМЕНИЯ:

- исполнять комбинации сложной координации движений современного танца;
- исполнять танцевальные комбинации в быстром темпе;
- импровизировать на свободную музыкальную тему;
- уверенно держаться на сценических площадках.

## ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА

### ТЕОРИЯ:

#### **1). Что такое «Twist»?**

- а). «раскачивание»;
- б). «сброс, бросок»;
- в). «скручивание».

#### **2). Что такое «Battement tendu jete»?**

- а). бросок рабочей ноги на 25-30° в заданном направлении;
- б). отведение и приведение рабочей ноги в заданном направлении;
- в). большой бросок рабочей ноги на 90° и выше.

#### **3). Что такое «Flat back»?**

- а). округление позвоночника в пояснично-грудном отделе;
- б). положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во 2ой параллельной позиции, пятки не отрываются от пола;
- в). группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой.

#### **4). Что такое «Table top»?**

- а). группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой;
- б). округление позвоночника в пояснично-грудном отделе;
- в). наклоны торса вперед.

#### **5). Что такое «Притон»?**

- а). переменный шаг с продвижением вперед и назад;
- б). удар всей стопой с весом или без веса;
- в). удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге.

#### **6). Что такое «Contraction»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.

#### **7). Что такое «Release»?**

- а). подготовка к выполнению шпагатной техники;
- б). сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела;
- в). расширение, когда тело расширяется в пространстве.



### 8). *Что такое «Arch»?*

- а). движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад;
- б). положение торса с руками на 3-ю позицию в поинте, позвоночник прогнут больше назад;
- в). перенос тяжести тела на пятку;

### 9). *Что такое «Kick step»?*

- а). шаг с ударом;
- б). шаг-подскок;
- в). прыжок с одной ноги на другую.

### 10). *Что такое «Гармошка»?*

- а). удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге;
- б). переменный шаг с продвижением вперед и назад;
- в). одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону.

## ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА

### ПРАКТИКА:

1. Показать все движения классического, русского, современного танца, выученные за год.
2. Исполнить вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали).
3. Демонстрация всех основных шагов народного танца.
4. Демонстрация всех основных шагов «Джаз» танца.
5. Составить танцевальную связку в современном стиле.
6. Танцевальная импровизация под музыку.
7. Исполнять комбинации на сложную координацию современного танца.

## Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
	(1-3 балл)	(4-6 балла)	(7-12 баллов)
<u>Техничность исполнения движения</u>	Обязательное наличие 1 критерия из 3х представленных.	Обязательное наличие 2 критериев из 3х представленных.	Обязательное наличие всех 3х критериев: – умеет выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств; – умеет соблюдать требования к

			<p>безопасности при выполнении танцевальных движений;</p> <p>– умеет осваивать и преодолевать технические трудности при тренировке классического танца и разучивании хореографического произведения.</p>
<u>Музыкально-ритмическая координация</u>	<p>Плохая координация.</p> <p>Неверно исполняет ритмический рисунок.</p>	<p>Замедленная координация в определении заданной позы и позиций рук, ног.</p> <p>Путается в ритмическом рисунке.</p>	<p>Точно координирует заданную позу с позициями рук, ног.</p> <p>Музыкально верно исполняет ритмический рисунок.</p>
<u>Актерское мастерство</u>	<p>Не стремится предать заданный образ, комплексует при общем показе.</p>	<p>Выполняет задание с остаточным творческим подходом, но без яркого образного показа.</p>	<p>Творчески подходит к заданию, точно передает образ, с натуральностью, неповторимостью.</p>
<u>Танцевальная грамотность</u>	<p>Плохо знает танцевальную терминологию.</p> <p>Путается в понятиях и названиях.</p>	<p>Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке.</p>	<p>Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.</p>

