

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА  
ВСЕВОЛОЖСКОГО РАЙОНА»

«ПРИНЯТО»

На заседании экспертно-методического совета

протокол № 1  
от «28» августа 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

А.Т. Моржинский

приказ № 255

от «28» августа 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**«Я УЧУСЬ ТАНЦЕВАТЬ»**

Автор (составитель): **Калганова Светлана Викторовна,**  
педагог дополнительного образования

Направленность программы: **художественная**

Уровень программы: **углубленный**

Возраст детей, осваивающих программу: **7 – 13 лет**

Срок реализации программы: **6 лет**

## **Пояснительная записка**

Сферой применения программы являются детские объединения дополнительного образования. Программа разработана для проведения занятий в детском хореографическом коллективе. Программа была апробирована в течение 6 лет и дала положительные результаты. Коллектив участвовал в мероприятиях различных уровней – от районного до международного. Участники коллектива были награждены дипломами разной степени.

### **Нормативно-правовая база**

Дополнительная общеразвивающая программа «Я учусь танцевать» художественной направленности углубленного уровня разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.12);
- Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года (№ 1726-р от 04.09.14);
- Приказа Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (№ 196 от 09.11.18);
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Постановления Правительства РФ «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития» (№ 1239 от 17.11.15);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (№ 996-р от 29.05.15);
- Программы развития воспитания в Ленинградской области до 2020 года (№ 167-р от 25.01.17);
- Устава МБОУДО ДДЮТ;
- Положения о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ДДЮТ.

### **Актуальность программы**

Актуальность написания данной программы вызвана необходимостью решения важных проблем:

- создать условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, его интеграции в системе мировой и отечественной культур;

- организовать полноценный досуг ребёнка, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- помочь организовать ребёнку здоровый образ жизни;
- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту;
- выявить и развить личностные качества ребёнка, его одарённость через обучение танцевальному искусству;
- удовлетворить потребность детей в общении друг с другом;
- удовлетворить потребность в самовыражении.

### **Отличительные особенности программы**

Данная программа является модификацией типовой программы по хореографии. В программе даётся более углублённый курс по изучению классического танца. Программа рассчитана для занятий классическим танцем в течение 6 лет.

**Программа реализуется в ДДЮТ с 2010 года.**

### **Цель и задачи**

**Цель программы** – приобщение ребёнка к искусству хореографии, развитие его физических способностей, приобретения им умений и навыков в освоении классического танца.

### **Задачи**

*обучающие:*

- освоение движений классического танца;
- развитие координационных способностей (точность выполнения движений, ориентирование в пространстве, чувство ритма и согласованность движений);
- формирование умений двигаться в ритме музыки;
- выявление и коррекция физических качеств ребёнка и их развитие;
- приобретение навыков самостоятельной деятельности и личной ответственности обучающихся;

*развивающие:*

- развитие мотивации личности ребенка к познанию и творчеству;
- развитие интереса к танцевальному искусству;
- содействие развитию психических процессов (внимание, мышление, память) в ходе двигательной деятельности;
- развитие фантазии, способности к импровизации;
- укрепление физического здоровья детей;

*воспитательные:*

- формирование навыков самообразования и самореализации личности;
- воспитание дисциплинированности и чувства коллективизма;
- умение работать в группе и с группой;

- формирование ответственности за свой труд;
- приобщение к культуре движений через живое исполнение;
- воспитание личности ребёнка, его художественного вкуса.

### **Отличительные особенности программы**

Данная программа является модификацией типовой программы по хореографии. В программе даётся более углублённый курс по изучению классического танца. Программа рассчитана для занятий классическим танцем в течение 6 лет.

В хореографический коллектив на 1 год обучения принимаются дети 7 – 10 лет (*справка от врача обязательна*).

Набор учащихся в коллектив проводится по определенным критериям:

- проверка музыкального слуха, посредством простукивания или прохлопывания заданного ритмического рисунка;
- выявление физических данных для занятия классическим танцем;
- желание ребенка научиться танцевать.

В процессе обучения возможно введение индивидуальных часов:

- для выпускников;
- для особо одаренных детей;
- для детей, вынужденно пропускающих одно из занятий.

*Принципы обучения:*

- принцип движения от простого к сложному;
- принцип последовательного прохождения материала, а также, начиная со II года обучения, предполагает спиральную структуру, т. е. постепенное расширение и углубление знаний по данному виду деятельности.
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип прочности обучения, как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности (материал должен быть не только “пройден”, но и понят, и освоен учащимся).

*Методы обучения:*

- *Группа репродуктивных методов обучения:* информационно-рецептивный, репродуктивный и метод проблемного изложения.
- *Группа продуктивных методов обучения:* частично-поисковый, исследовательский.

Программа содержит подробное описание материала, который учащиеся должны пройти за каждый год обучения.

Постановочная работа является частью учебного процесса. Она должна соответствовать пройденному материалу и уровню танцевальной подготовки учащихся, а манера и характер исполнения их возрасту.

### **Организационно-педагогические условия**

**Сроки реализации** образовательной программы – *6 лет*.

**Возраст учащихся**, на который рассчитана образовательная программа – 7-13 лет.

В течение шести лет учащиеся должны освоить программу двух классов хореографического училища, уметь на слух определять музыкальный размер произведения.

Учащиеся должны запоминать *терминологию классического танца*, которая идет на французском языке. В процессе обучения учащиеся знакомятся с фрагментами музыкальных произведений, с различными музыкальными терминами.

Часто в хореографический коллектив принимаются дети без специального отбора, и одной из задач педагога является исправление дефектов осанки. Каждому ученику в обучении должен быть обеспечен индивидуальный подход.

В коллективе проводятся беседы, посвященные классической хореографии, балетам П.И. Чайковского "Лебединое озеро", "Спящая красавица", "Щелкунчик", "Времена года"; С. Прокофьева "Золушка".

Все учащиеся по данной программе должны участвовать в концертной деятельности коллектива, в фестивально-конкурсной деятельности, в мероприятиях внутри коллектива.

Учащиеся во время обучения должны получить представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила и грация. Учащиеся должны знать о связи музыки и хореографии, как создается хореографическое произведение. Музыка – одно из главных выразительных средств в хореографии.

Одной из основных воспитательных задач является приобщение к художественному творчеству учащихся, независимо от их национальной принадлежности, политических убеждений и верований.

**Наполняемость группы** – *15-20 человек*.

#### **Режим занятий**

Занятия проводятся 2 – 3 раза в неделю, в классе, оборудованном для занятия хореографией (станок, зеркала). В группах II - VI годов обучения занятия планируется проводить 2 раза в неделю, третий день – постановочный. В этот день педагог проводит разогрев на своё усмотрение (станок, середина) и затем проводит репетицию.

*Продолжительность занятий:*

Год обучения	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия
I год обучения	Классический танец	1 час	40мин.
	Постановочно-репетиционная работа	1 час	40мин.
II - IV года обучения	Классический танец	4 часа	45мин.+10мин. (перерыв) + 45 мин.
	Постановочно-репетиционная работа	2 часа	45мин.+10мин. (перерыв) + 45 мин.
V – VI года обучения	Классический танец	4 часа	45мин.+10мин. (перерыв)+45 мин.
	Постановочно-репетиционная работа	2 часа	45мин.+10мин. (перерыв)+45 мин.

**Форма обучения** – очная.

**Форма организации деятельности учащихся:** групповая, индивидуальная.

**Условия реализации программы.** Для осуществления поставленных задач необходимы определенные условия: это прежде всего педагог, имеющий специальное хореографическое образование и концертмейстер. Для занятий необходим просторный зал, оборудованный станками и зеркалами, музыкальный инструмент (пианино, баян), репетиционная форма, обувь магнитофон с CD (с USB), ноутбук (или DVD, набор дисков, телевизор), цифровой фотоаппарат, цифровая видеокамера, танцевальные костюмы и обувь.

### **Планируемые результаты**

*личностные:*

- участие в творческой деятельности коллектива;
- осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- умение использовать полученные знания, умения, навыки для выполнения самостоятельной творческой работы;
- умение работать в группе и с группой;

- способность оценить достоинства и недостатки собственной работы;
- способность самостоятельно извлекать и структурировать информацию из различных источников;

*метапредметные:*

- участие воспитанников коллектива в конкурсно-фестивальной деятельности, общение со сверстниками из других коллективов;
- умение пользоваться материалами, выложенными на сайте, по всем направлениям своих интересов, выходя за рамки хореографии (<http://kolombina.ksdk.ru/>; пункты меню: самообразование, учиcь КА, не скучай КА);
- разработка и участие в социальных проектах (участие в праздниках, которые регулярно проводятся в коллективе, где воспитанники принимают участие в написании сценария, учат роли, готовят презентации к мультимедийному оформлению праздника, несут ответственность за подготовку и проведение мероприятия);

*предметные:*

- владение основами классического танца, знание основных правил исполнения движений;
- ориентироваться в содержании теоретических понятий предметной деятельности;
- умение свободно импровизировать;
- освоение работы с интернет-источниками (материалы по хореографии выложены на сайте коллектива <http://kolombina.ksdk.ru/>, пункты меню: самообразование; учиcьКА);

### **Система оценки результатов освоения программы**

Отчет о результатах работы хореографического коллектива планируются в виде открытого урока, как класс – концерты (открытые показы для всех желающих, на которые приглашаются не только родители и учащиеся младших групп, но и младшие школьники, и их родители), а также как концертное выступление.

На отчётных мероприятиях желателен присутствие представителя ДДЮТ, педагога – хореографа, зам.директора школы по воспитательной работе или педагога школы.

Результаты отчётного мероприятия заносятся в зачётную ведомость.

По окончании программы выдается *сертификат об обучении*.

Для анализа и мониторинга уровня усвоения программы разработаны диагностические карты с различными критериями оценки.

К каждому году обучения прописана *малая пояснительная записка*, в которой указаны:

- психофизиологические особенности возраста учащихся данного года обучения,
- цели и задачи данного года обучения,

- продолжительность занятий,
- предполагаемый репертуар;
- темы и материалы для самообразования,
- прогнозируемые результаты по данному году обучения.

Коллектив, занимающийся по данной программе, должен принимать участие в мероприятиях разных уровней – от муниципального, областного до международного.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование предмета	Количество часов в год											
	I год		II год		III год		IV год		V год		VI год	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Классический танец	16	20	64	80	64	80	64	80	64	80	64	80
Постановочно-репетиционная работа	16	20	32	40	32	40	32	40	32	40	32	40
	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>96</b>	<b>120</b>	<b>96</b>	<b>120</b>	<b>96</b>	<b>120</b>	<b>96</b>	<b>120</b>	<b>80</b>	<b>120</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>72</b>		<b>216</b>		<b>216</b>		<b>216</b>		<b>216</b>		<b>216</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### I год обучения

№ п/п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Беседа: «Хореография – мир танца»	1 час	1 час	
2	Классический танец.			
	а. Экзерсис у станка.	12 час.	2 час	10 час
	б. Экзерсис на середине:	12 час.	1 час	11 час
	с. Allegro	5 час.	1 час	4 час.
3	Партерный экзерсис	5 час.		5 час.
4	Постановочно-репетиционная работа	32 час.		32 час.
5	Музыкальные размеры 2/4; 3/4; 4/4.	1 час	1 час	
6	Открытый урок	2 час.		2 час.
7	Бесед а "Тема добра и зла в балете П.И. Чайковского «Щелкунчик»	2 час.	2 час.	
	<i>Всего</i>	<b>72 часа</b>	<b>8 час.</b>	<b>64 часа</b>



## II год обучения

№ п\п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Музыкально – ритмическая часть	3 часа		3 часа
2	Классический танец:			
	а. Экзерсис у станка: повторение материала.	4 час.	0,5 час	3,5 час
	б. Экзерсис на середине: повторение материала	4 час.	0,5 час	3,5 час
	с. Allegro: повторение материала	2 час.		2 час.
	Партерный экзерсис	6 час		6 час
	Экзерсис у станка.	12 час	4 час	8 час
	Экзерсис у станка, закрепление материала.	30 час		30 час
	Экзерсис на середине	15 час	4 час	11 час
	Экзерсис на середине, закрепление материала.	30 час		30 час
	Allegro	10 час	1 час	9 час
Allegro, закрепление материала	24 час		24 час	
3	Постановочная работа	30 час		30 час
4	Репетиционная работа	42 час		42 час
5	<b>Открытый урок</b>	<b>2 час</b>		<b>2 час</b>
6	Беседа «История создания балета «Лебединое озеро»	2 час	2 час	
	<i>Всего</i>	<b>216 час</b>	<b>12 час</b>	<b>204 час</b>

## III год обучения

№ п\п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Музыкально – ритмическая часть	3 часа		3 часа
2	Классический танец.			
	а. Экзерсис у станка: повторение материала.	4 час.	0,5 час	3,5 час
	б. Экзерсис на середине: повторение материала	4 час.	0,5 час	3,5 час
	с. Allegro: повторение материала	2 час.		2 час.
	Партерный экзерсис	6 час		6 час
	Экзерсис у станка.	12 час	4 час	8 час
	Экзерсис у станка, закрепление материала.	30 час		30 час
	Экзерсис на середине	15 час	4 час	11 час
	Экзерсис на середине, закрепление материала.	30 час		30 час
	Allegro	10 час	1 час	9 час
Allegro, закрепление материала	24 час		24 час	
3	Постановочная работа	30 час		30 час
4	Репетиционная работа	42 час		42 час
5	<b>Открытый урок</b>	<b>2 час</b>		<b>2 час</b>
6	Беседа " Балет Прокофьева «Золушка»"	2 час	2 час	
	<i>Всего</i>	<b>216 час</b>	<b>12 час</b>	<b>204 час</b>

#### IV год обучения

№ п\п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Музыкально – ритмическая часть	3 часа		3 часа
2	Классический танец.			
	а. Экзерсис у станка: повторение материала.	4 час.	0,5 час	3,5 час
	б. Экзерсис на середине: повторение материала	4 час.	0,5 час	3,5 час
	с. Allegro: повторение материала	2 час.		2 час.
	Партерный экзерсис	6 час		6 час
	Экзерсис у станка.	12 час	4 час	8 час
	Экзерсис у станка, закрепление материала.	30 час		30 час
	Экзерсис на середине	15 час	4 час	11 час
	Экзерсис на середине, закрепление материала.	30 час		30 час
	Allegro	10 час	1 час	9 час
Allegro, закрепление материала	24 час		24 час	
3	Постановочная работа	30 час		30 час
4	Репетиционная работа	42 час		42 час
5	<b>Открытый урок</b>	<b>2 час</b>		<b>2 час</b>
6	Беседа " М.Тальони, первые пуанты"	2 час	2 час	
	<b>Всего</b>	<b>216 час</b>	<b>12 час</b>	<b>204 час</b>

#### V год обучения

№ п\п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Классический танец.			
	а. Экзерсис у станка: повторение материала.	4 час.		4 час
	б. Экзерсис на середине: повторение материала	5 час.	1 час	4 час
	с. Allegro: повторение материала	2 час.		2 час.
	Партерный экзерсис	6 час		6 час
	Экзерсис у станка.	14 час	4 час	10 час
	Экзерсис у станка, закрепление материала.	30 час		30 час
	Экзерсис на середине	15 час	4 час	11 час
	Экзерсис на середине, закрепление материала.	30 час		30 час
	Allegro	10 час	1 час	9 час
Allegro, закрепление материала	24 час		24 час	
2	Постановочная работа	30 час		30 час
3	Репетиционная работа	42 час		42 час
4	<b>Класс – концерт</b>	<b>2 час</b>		<b>2 час</b>
5	Беседа " Крепостные балерины"	2 час	2 час	
	<b>Всего</b>	<b>216 час</b>	<b>12 час</b>	<b>204 час</b>

## VI год обучения

№ п\п	Разделы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Классический танец.			
	а. Экзерсис у станка: повторение материала.	4 час.		4 час
	б. Экзерсис на середине: повторение материала	5 час.	1 час	4 час
	с. Allegro: повторение материала	2 час.		2 час.
	Партерный экзерсис	6 час		6 час
	Экзерсис у станка.	14 час	4 час	10 час
	Экзерсис у станка, закрепление материала.	30 час		30 час
	Экзерсис на середине	15 час	4 час	11 час
	Экзерсис на середине, закрепление материала.	30 час		30 час
	Allegro	10 час	1 час	9 час
Allegro, закрепление материала	24 час		24 час	
2	Постановочная работа	30 час		30 час
3	Репетиционная работа	42 час		42 час
4	<b>Класс – концерт</b>	<b>2 час</b>		<b>2 час</b>
5	Беседа "Имена мирового танцевального искусства"	2 час	2 час	
	<b>Всего</b>	<b>216 час</b>	<b>12 час</b>	<b>204 час</b>

### Содержание программы

#### 1 год обучения

#### Пояснительная записка

Танец – прекрасный вид искусства, в котором гармонично сочетаются музыка и пластика движений. Роль танца особенно важна в воспитании гибкого и подвижного тела, в воспитании благородной осанки, Средствами танца достигаются техническое совершенство и, самое главное, культура движений, а также тренируется мышечный аппарат будущего исполнителя.

На 1 год обучения по программе принимаются дети младшего школьного возраста: 7 – 8 лет. В этом возрасте ребёнок находится как бы на рубеже двух возрастных категорий: он ещё в плену детских игр и ощущений, связанных с домашней обстановкой, с другой стороны он входит в «обязательную» школьную жизнь, накладывающую на него новые обязанности, и, вместе с этим, приходит в коллектив для занятия интересным для него делом.

Главная деятельность детей младшего школьного возраста – это учебная деятельность. Её цель: усвоение знаний. Если интерес к учению не подкрепляется знаниями, прочными умениями и навыками, то угасает мотивация к учебному занятию. Всё это справедливо и для занятия хореографией.

#### *Особенности физического развития младших школьников(7 – 8 лет)*

В этом возрасте (7 – 8 лет) начинают устанавливаться постоянные характеристики тела. Все ткани детского организма находятся в состоянии роста. Начинается окостенение длинных костей. Окостенение идет

неравномерно, и чрезмерные силовые нагрузки могут нарушить этот процесс. Оформляются изгибы позвоночного столба, и имеет место недостаточно компенсированный поясничный лордоз (дети ходят, выставив вперед живот). Мышцы полностью не оформлены, имеет место неравномерность развития отдельных мышечных групп. Мышцы детей в этом возрасте имеют более пластичную структуру, по сравнению с взрослыми. Они обладают хорошей эластичностью, поэтому болевые и тянущие ощущения сведены к минимуму (при тренировке), суставы так же подвижны и с лёгкостью поддаются тренировке гибкости, что придаёт детям в этом возрасте преимущество перед более старшими на занятиях, нацеленных на растяжку и гибкость.

Энергично крепнут мышцы и связки. Но крупные мышцы развиваются раньше, чем мелкие. Поэтому дети способны к более сильным размашистым движениям (бег, галоп, подскоки, па польки), но трудно справляются с движениями, требующими точного исполнения. В этом возрасте дети могут переносить значительные нагрузки, но лучше приспособляются к занятиям умеренной интенсивности. Основные двигательные качества развиваются неравномерно и зависят от состояния функциональных систем ребенка и его дыхательного опыта.

Интенсивно растет и хорошо снабжается кровью мышца сердца, поэтому оно сравнительно выносливо. Благодаря большому диаметру сонных артерий головной мозг получает достаточное количество крови, что является важным условием его работоспособности.

У детей в этом возрасте развито непроизвольное внимание. Ребенок может или слушать, или выполнять упражнение.

В начале обучения внимание ученика привлекает лишь внешняя сторона вещей: необычность постановки ног, необычные движения, приседания, термины на французском языке и т.п.

Все дети при освоении новой деятельности проходят следующие стадии:

- не понимают, чего от них хотят;
- понимают, но не получается;
- кое-что получается;
- получается все лучше и лучше.

**Цель занятий:** освоить программу I года обучения.

**Задачи:**

- Выявление и развитие физических способностей учащихся таких как, выворотность ног, гибкость стопы, «балетный шаг», гибкость тела, прыжок, координация движений.
- Научить обучающихся выделять учебную задачу (ребенок должен ясно представлять, какими навыками и знаниями должен овладеть, чтобы суметь выполнить то или иное задание);
- Развитие произвольного внимания.

### **Продолжительность занятий:**

Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45 мин.	144
<b>Всего:</b>			<b>144</b>

Процесс овладения знаниями, умениями и навыками требует постоянного и эффективного самоконтроля детей, что возможно только при сформированном произвольном внимании достаточно высокого уровня.

Формированию произвольного внимания способствует чёткое знание правил исполнения, следование этим правилам и умение применить их к неверно исполненному движению других учащихся.

*Беседы:* «Хореография – мир танца», «Тема добра и зла в балете П.И. Чайковского «Щелкунчик»».

### **Планируемые результаты**

**Предметные:** учащийся должен освоить программу 1 года обучения.

#### Экзерсис у станка и на середине:

1. *Demi plie* по I; II, V поз
2. *Battements tendus* по I поз. в сторону;
3. *Releve lents* на 45 по I поз. в сторону 4 т 2/4
4. *Battements tendus jete* (подготовка) по I поз. в сторону
5. Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, учебное
6. Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, условное впереди
7. Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, условное сзади
8. Подготовка к *battements frappes* в сторону на 4 т 2/4;
9. Подготовка к *Battements fondus* в сторону (носком в пол), 2т 4/4.
10. *Preparation* рукой на II поз.
11. Растяжка у станка, упражнения для развития танцевального шага.
12. *Releve* по I поз

#### Allegro:

1. Музыкально-ритмическая часть  
*Музыкально-ритмическая часть* проходит по методике Вангесовой Н.В и включает: упражнения на ритм и координацию, шаги, подскоки, движения польки (Па польки, подскоки с переступанием, галоп).
2. *Temps leve soule* по I, II и V поз.

Партерный экзерсис готовит мышцы и суставы к освоению движений классического экзерсиса. В него входят:

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья
- Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

- Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.
- Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.
- Упражнения на исправление осанки.

**Личностные:**

*По окончании 1-го года обучения учащиеся должны:*

- различать темп и характер музыки, выделять сильную долю;
- освоить правильную постановку корпуса;
- научиться тянуть подъём и колено;
- знать понятия "опорная нога", "рабочая нога";
- Освоить движения «рабочей» ногой без участия корпуса;
- Знать, понимать названия движений и грамотно выполнять их;
- уметь ориентироваться в пространстве, знать точки зала;
- уметь работать в группе.

**Содержание программы I года обучения**

1. Вводное занятие.

Знакомство с учащимися, беседа о хореографии, инструктаж по технике безопасности. Дать информацию о форме и причёске на занятиях хореографией.

2. Классический танец.

Поклон. «Вздых» руками, сопровождаемый наклоном головы.

Постановка корпуса; Позиции ног I; II, V; Позиции рук I; II; III; I  
Port de bras.

Экзерсис у станка и на середине

- *Demi plie* по I; II, V поз
- *Battements tendus* по I поз. в сторону;
- *Releve lents* на 45 по I поз. в сторону 4 т 2/4
- *Battements tendus jete* (подготовка) по I поз. в сторону
- Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, учебное
- Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, условное впереди
- Положение ноги *Sur le cou-de-pied*, условное сзади
- Подготовка к *battements frappes* в сторону на 4 т 2/4;
- Подготовка к *Battements fondus* в сторону (носком в пол), 2т 4/4.
- *Preparation* рукой на II поз.
- *Растяжка у станка*, упражнения для развития танцевального шага.
- *Releve* по I поз

**Allegro:**

a. *Temps leve soute* по I, II и V поз.

b. *Движение польки*

3. Партерный экзерсис.

Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

4. Постановочно-репетиционная работа.  
Рекомендован один игровой сюжетный номер. Репетиционная работа.  
Работа по отработке танцевального номера.
5. Музыкальные размеры.  
Музыкальные размеры польки, вальса, тарантеллы, адажио, полонеза, мазурки. Как «посчитать» музыку. Темп (быстро, медленно, умеренно).
6. Открытый урок.  
Итоговое занятие, показ достижений учащихся, диагностика усвоения программного материала.
7. Беседа "Тема добра и зла в балете П.И. Чайковского «Щелкунчик»  
Совместная проектная деятельность педагога и учащихся старших групп.

## **II год обучения**

### **Пояснительная записка**

Второй год обучения начинается с повторения материалов I года обучения. Все правила исполнения движений необходимо напомнить и закрепить. Основные движения экзерсиса должны выполняться методически грамотно.

*Особенности психофизиологического развития младших школьников (8 – 9 лет)*

Именно в этом возрасте, при недостаточной физической нагрузке, начинает отчетливо проявляться избыточный вес, связанный с тем, что излишек потребляемой с пищей энергии не используется в обменных процессах, а откладывается в виде жира. Избыточное количество жира создает дополнительные трудности организму, особенно при движении, что отражается на состоянии сердечнососудистой системы и опорно-двигательного аппарата: увеличивается вероятность нарушения осанки и появления плоскостопия, а также раннего диабета. Следует знать, что на возраст 8-9 лет приходятся важные преобразования пищеварительной системы. Нарушение режима питания приводит к хроническим заболеваниям желудочно-кишечного тракта.

Костная система ещё находится в стадии формирования: окостенение позвоночника, грудной клетки, таза еще не завершено и в костной системе много хрящевой ткани. В этом возрасте идет интенсивное развитие мышечной системы. Повышением мышечной силы и общим развитием двигательного аппарата обуславливается большая подвижность младших школьников, их стремление к беганию, прыжкам, лазанию и неумение длительное время пребывать в одной и той же позе.

Особое внимание – работе над осанкой. Формированию правильной осанки весьма способствуют сильные мышцы груди и спины.

Их внимание неустойчиво, разучивание новых упражнений утомляет их быстрее, чем привычные действия.

Совершенствуется произвольное внимание: уже на II году обучения формируется умение переключаться от одного этапа урока к другому.

Вместе с развитием произвольного внимания развивается и непроизвольное, которое связано теперь не с яркостью и внешней привлекательностью предмета, а с потребностями и интересами ребенка, возникающими в ходе учебной деятельности, т.е. с развитием их личности, когда чувства, интересы, мотивы и потребности постоянно определяют направленность его внимания.

В возрасте 8 – 9 лет ребенок лучше воспринимает информацию при показе. Показ должен быть очень точным и четким, так как дети нередко просто копируют педагога и могут повторить его ошибки. Показ следует сопровождать кратким и доступным объяснением.

Музыкальное сопровождение занятий должно полностью соответствовать характеру исполняемых движений, и в то же время быть понятным и доступным детям.

**Цель занятий:** освоение программы II года обучения.

**Задачи:**

- развитие координационных способностей (точность выполнения движений, ориентирование в пространстве, чувство ритма и согласованность движений);
- развитие фантазии, способности к импровизации;
- формирование ответственности за свой труд;
- формирование направления на самообразование.

**Продолжительность занятий:**

№	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
1	<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	144
2	<i>Постановочно-репетиционная работа</i>	2 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	72
<b>Всего:</b>				<b>216 часов</b>

На II году обучения учащиеся впервые выходят на конкурсную деятельность, где от индивидуального исполнения каждого учащегося зависит общая оценка номера.

Необходимо донести до учащихся важность согласованности движений, чувства линии, ответственности каждого учащегося за номер в целом.

В этом возрасте дети ещё не могут похвастаться мастерством в исполнении, поэтому в репертуар стоит брать сюжетные или образные номера.

**Репертуар:**

- 1 новый сюжетный или образный номер;



- 1 номер поддерживается с 1 года обучения.

**Беседа:**

- "История создания балета "Лебединое озеро"" (совместная проектная деятельность педагога и учащихся).

**Самообразование:**

- Совместный просмотр открытого урока 1 года обучения, разбор и обсуждение;
- Обсуждаем экзамен 1 года обучения Академии им. Вагановой (ссылки на материал выложены на сайте коллектива в меню самообразование <http://kolombina.ksdk.ru/>)
- Попросить родителей вместе с ребёнком заходить на сайт и смотреть выложенные материалы (материалы в меню учисьКА и не скучайКА).

**Отчётное мероприятие** – открытый урок, участие в отчётном концерте.

**Планируемые результаты**

**Предметные:**

- Учащийся должен освоить программу II года обучения.

Экзерсис у станка и на середине:

- *Grand plie* по I; II; V; поз.
- *Battements tendus* в комбинации крестом по I и V поз.
- *Battements tendus jetes* в комбинации крестом по I и V поз.
- *Rond de jambe par terre* 4 m <sup>3</sup>/<sub>4</sub> слитно, *en dehors*, *en dedans*
- *Battement fondus* в сторону на 45°
- *Battement fondus* вперёд, назад
- *Battement frappes* вперёд, назад
- *Battement frappes* в комбинации: крестом по 2, из V поз
- *Releve lent* на 90° вперёд, назад.
- *Battement developpe* в сторону
- *Gr. Battement* вперёд, назад
- *Gr. Battement* в комбинации: крестом по 2, из V поз

Экзерсис на середине:

1. Положение корпуса *Epaulement Croisee*
2. Руки в большой позе *Croise* вперёд, назад;
3. Руки в малой позе *Croise* вперёд, назад
4. *II port de bras*
5. Положение рук *Allongee*
6. *Pas de bourree*
7. *Balance*.

Allegro:

1. Музыкально-ритмическая часть
2. *Pas assemble*.
3. *Jete passé*
4. *Sissonne simple*

**Метапредметные:**

- За II год обучения учащиеся должны узнать, как создаётся балетный спектакль.  
О единстве замысла либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей.
- Получить представление о музыкальных размерах 2/4, 4/4, 3/4 (полька, марш, вальс)

### **Личностные:**

На II году обучения, во втором полугодии, движения у палки могут составлять простые комбинации. Выполняя их, учащиеся тренируют свою память. На втором году обучения движения исполняются быстрее. От учащихся нужно добиться натянутости, силы ног, правильности рук, головы и корпуса в простейших комбинациях. Дать учащимся возможность импровизации на тему «Времена года» – учимся применять учебный материал в творческих работах.

### **По окончании 2-го года дети должны:**

- ❖ уметь правильно выполнять основные упражнения классического экзерсиса у станка и на середине;
- ❖ уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- ❖ уметь тактировать руками размеры 2/4, 4/4, 3/4.
- ❖ слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях, вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения.
- ❖ уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- ❖ иметь правильную осанку.

## **Содержание программы II года обучения**

### **1. Классический танец**

Повторение пройденного материала. Расширение знаний по предмету.

Экзерсис у станка:

- *Grand plie no I ; II ; V ; поз.*
- *Battements tendus в комбинации крестом no I поз.*
- *Battements tendus jetes в комбинации крестом no I поз.*
- *Battements tendus с окончанием в Demi Plie*
- *Rond de jambe par terre 4 m 3/4 слитно, en dehors, en dedans*
- *Подготовка к Battements frappes на 2m 2/4*
- *Battements fondus в сторону (носком в пол), 2m 4/4*
- *Releve lent на 90<sup>0</sup>*
- *Gr. Battement*
- *III port de bras*

Экзерсис у станка. Закрепление материала.

Закрепление правил исполнения движений. Закрепление положений головы и корпуса. Понятие «комбинация».

Экзерсис на середине:

- *Crاند plie* по I ; II ; V ; поз.
- *Battements tendus* в комбинации крестом по I поз.
- *Battements tendus jetes* в комбинации крестом по I поз.
- *Battements tendus* с окончанием в *Demi Plie*
- *Rond de jambe par terre* 4 m 3/4 слитно, *en dehors, en dedans*
- Подготовка к *Battements frappes* на 1m 2/4
- *Releve lent* на 90<sup>0</sup>
- *Gr. Battement*
- *III port de bras*
- *II port de bras*
- Положение корпуса *Epaulement Croisee*
- Руки в большой позе *Croise* вперёд, назад;
- *Pas de bourree*
- *Balance*
- *Pas suivie*

Экзерсис на середине. Закрепление материала.

Координация ног, рук и головы в движении. Выработка равновесия.

Освоение сложных координационных движений.

*Allegro*:

- Подготовка к *echarpees*
- *Pas echarpees*.
- *Snagement de pieds*
- Подготовка к *pas assemble*.

2. Постановочная работа.

Один игровой сюжетный номер.

3. Репетиционная работа.

Отработка номера 1 года обучения, отработка движений и синхронности исполнения новой постановки.

4. Открытый урок.

Итоговое занятие, показ достижений учащихся, диагностика усвоения программного материала.

5. Беседа «История создания балета «Лебединое озеро».

Совместная проектная деятельность педагога и учащихся старших групп.

### **III год обучения**

#### **Пояснительная записка**

Третий год обучения начинается с повторения материалов I и II годов обучения. Все правила исполнения движений необходимо напомнить и закрепить. Основные движения экзерсиса должны выполняться методически грамотно.

## *Особенности психофизиологического развития младших школьников (9 – 10 лет)*

Благоприятные морфологические и функциональные предпосылки для развития силы создаются к 9 -11 годам. Увеличение силы связано с ростом мышечной массы, увеличение толщины мышечных волокон, нарастанием в них запасов углеводов, белков, богатых энергией соединений, интенсивности биохимических реакций, происходящих в мышце, улучшением нервной регуляции. Развитие силы происходит неравномерно. В возрасте 9 – 11 лет сила интенсивно нарастает.

Однако развитие механизмов центральной нервной системы еще недостаточно, поэтому недостаточна способность к длительной продуктивной работе, к длительному мышечному напряжению и дети быстро утомляются, требуется частая смена деятельности.

Как абсолютная, так и относительная сила у них увеличивается под воздействием двух факторов: естественно-возрастных изменений организма и повышения уровня умений и навыков в различных занятиях, связанных с физической нагрузкой.

Наиболее эффективным для развития двигательных качеств является комплексное занятие, т.е. когда на занятии исполняются движения в разном темпе, движения на силу и выносливость, растяжку и прыжки.

Возрастные изменения сердечнососудистого аппарата от 8 до 11 лет характеризуются равномерностью и относительно более медленными темпами увеличения объема сердца по сравнению с суммарным просветом сосудов. Это одна из существенных причин относительно низкого артериального давления в 8—10 летнем возрасте.

К 9 годам механизмы внимания достигают зрелости, возрастает объем внимания ребёнка, его устойчивость, прогрессирует распределение внимания. Формирование механизмов произвольного внимания сказывается на возможностях запоминания материала. В 9-10 лет увеличивается объем памяти. На этом этапе обучения нужно приучить ребенка к самостоятельному творческому действию, соответствующему его познавательным потребностям. Ребенок любознателен, подвижен, общается с детьми и взрослыми.

К 9 – 10 годам появляются элементы логического мышления, а так же формируется способность поддерживать внимание к абстрактным, отвлеченным вещам.

### **Цель занятий:**

✓ Освоить программу III года обучения.

### **Задачи:**

- дальнейшее развитие физических способностей учащихся;
- повышение уровня развития координационных способностей;
- формирование навыков самообразования;
- развитие мотивации личности ребенка к познанию и творчеству;

➤ развитие интереса к танцевальному искусству.

***Продолжительность занятий:***

№	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
1	<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	144
2	<i>Постановочно-репетиционная работа</i>	2 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	72
<b>Всего:</b>				<b>216 часов</b>

Третий год обучения самый объёмный и сложный. Педагог должен правильно оценивать возможности своих учащихся и от этого определять нагрузку. Комбинации у станка и на середине усложняются: комбинируются движения различные по ритму, по характеру исполнения и т.д.

Комбинации должны строиться в направлении «вперёд» и в обратном направлении. Можно задать комбинацию «вперёд» и попросить учащихся выстроить комбинацию в обратном порядке. Всё это помогает учащимся тренировать свою память и логическое мышление, способствует развитию координации и музыкальности.

Продолжительность экзерсиса на середине и у станка увеличивается. К тому моменту, когда заданный урок разобран и заучен, у учащихся необходимо вырабатывать способность выполнять комбинации с минимальными перерывами. Уметь переходить от медленных, плавных движений к быстрым и чётким.

Особое внимание при разработке урока педагог должен уделить внимание музыке. Музыкальное сопровождение движений экзерсиса должно стать ярким, выразительным, чётко отражающим характер движения.

***Репертуар:***

- по возможности, поддерживаются номера 1 и 2 годов обучения;
- 1 – 2 новых номера, сюжетных, бессюжетных или образных;
- Возможны сольные номера.

***Самообразование:*** <http://kolombina.ksdk.ru/>

- Учимся самостоятельно использовать материалы нашего сайта;
- Смотрим известные классические вариации, разбираем из каких движений состоят комбинации;
- Образ «Умиряющего Лебедя» в исполнении Ульяны Лопаткиной.
- Танцевальный ансамбль «Экситон» – чемпион мира. Обсуждение.

***Отчётное мероприятие*** – открытый урок, участие в отчётном концерте.

**Планируемые результаты**

***Предметные:*** учащийся должен освоить программу III года обучения.

***Экзерсис у станка и на середине:***

- Комбинация на *demi* и *grand plie*
- Комбинация на *Battements tendus* и *b.t.jetes*;

- *Preparation k rond de jambe par terre*
- *Комбинация на rond de jambe par terre*
- *Подготовка к Battements frappes на 1m 2/4 каждый*
- *Обводка на demi plie*
- *VI Port de bras;*
- *Battements fondus вперед, назад.*
- *Комбинация на B. Fondus*
- *Подготовка к Battements soutenus.*
- *Battements developpees в сторону на 90<sup>0</sup>*
- *Odagio, комбинация.*

Экзерсис на середине:

- *Пониженные позиции рук в позах Croisee*
- *Temps lie*
- *Arabesque I; II;*
- *Положение рук Allongee*
- *Balanse*

Allegro:

- *Pas glissade*
- *Pas de chat*
- *Подготовка к Tours chaines*
- *Pas de basque.*

**Метапредметные:**

Учащиеся принимают активное участие в концертной деятельности коллектива. Общение учащихся выходит за рамки своей группы.

Так же учащиеся III года обучения принимают участие в конкурсах разного уровня и имеют возможность сравнивать свои достижения с достижениями своих сверстников, а так же видеть старших участников и выступления образцовых коллективов.

**Личностные:**

**По окончании 3-го года дети должны:**

- ❖ иметь стойкий интерес к дальнейшему изучению науки под названием «хореография»;
- ❖ владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- ❖ научиться мыслить логически: выстраивать простые комбинации в обратном направлении;
- ❖ научиться различать наклоны «от талии и от бедра».
- ❖ уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- ❖ на середине должны чётко ориентироваться в позах en Face, Croisee, I, II, III Arabesque;
- ❖ иметь представление о выразительных средствах хореографии.

## Содержание программы III года обучения

### 1. Классический танец.

Повторение пройденного материала. Расширение знаний по предмету.

Экзерсис у станка:

- Комбинация на *demi u grand plie*
- *Battements pikes*
- Комбинация на *Battements tendus u b.t.jetes*;
- *Preparation k rond de jambe par terre*
- Комбинация на *rond de jambe par terre*
- Обводка на *demi plie*
- *Battements fondus* вперед, назад.
- Комбинация на *B. Fondus*
- Подготовка к *Battements frappes* на *1m 2/4* каждый
- Подготовка к *Battements soutenus*
- *VI Port de bras*
- *Battements developpees* в сторону на  $90^0$ 
  - *adagio*, комбинация.

Экзерсис у станка. Закрепление материала.

Закрепление правил исполнения движений. Усложнение комбинаций, тренировка памяти, логического мышления.

Экзерсис на середине:

- Комбинация на *demi u grand plie*
- *Battements pikes*
- Комбинация на *Battements tendus u b.t.jetes*;
- *Preparation k rond de jambe par terre*
- Комбинация на *rond de jambe par terre*
- Обводка на *demi plie*
- *Battements fondus* вперед, назад.
- Комбинация на *B. Fondus*
- Пониженные позиции рук в позах *Croisee*
- Позиция *Ecartee*, вперед, назад.
- Подготовка к *Battements frappes* на *1m 2/4* каждый
- *Temps lie*
- *Arabesque I ; II*;
- *Battements developpees* в сторону на  $90^0$
- Положение рук *Allongee*
- *adagio*, комбинация
- Маленькое *adagio*

Экзерсис на середине. Закрепление материала.

Развитие танцевальности, музыкальности, эстетичности движений.

*Allegro*:

- *Pas assemble*
- *Pas glissade*

- *Pas de chat*
- *Подготовка и Tours chaines*
- *Pas de basque*
- *Сценический Sissonne в I Arabesque*
- *Танцевальная комбинация*

Allegro, закрепление материала. Комбинации на все пройденные прыжки. Отработка комбинации.

2. Постановочная работа  
Два разнохарактерных танцевальных номера, сюжетных или образных.
3. Репетиционная работа.  
Повышение исполнительского мастерства учащихся. Отработка танцевальных номеров.
4. Открытый урок.  
Итоговое занятие, показ достижений учащихся, диагностика усвоения программного материала.
5. Беседа: Балет Прокофьева «Золушка»

#### **IV год обучения**

##### **Пояснительная записка**

Четвёртый год обучения начинается с повторения материалов III года обучения. Все правила исполнения движений необходимо напомнить и закрепить. Основные движения экзерсиса должны выполняться методически грамотно.

*Особенности психофизиологического развития младших школьников (10 – 11 лет)*

Обучение в средних классах совпадает одним из критических возрастных интервалов в жизни человека, началом пубертатного периода. Возраст ребенка характеризуется как переломный, переходный и в это время происходит нейрогуморальная перестройка, активный рост и развитие организма, изменяется функциональное состояние опорно-двигательного аппарата, что тесно связано с уровнем физического развития и состоянием здоровья школьников.

В результате проведенного исследования установлено, что у детей в возрасте 10—11 лет очень часто встречаются нарушения осанки. При оценке состояния мышечной системы выявлено, что наиболее часто выраженные изменения показателей силовой выносливости мышц спины и брюшного пресса отмечаются у школьников, имеющих нарушения осанки по типу плоской или плоско — вогнутой спины в сочетании с умеренным или выраженным сколиозами.

Поэтому особое внимание – к работе над осанкой. Важны и предупредительные гигиенические меры, но следует вспомнить и о том, что формированию правильной осанки весьма способствуют сильные мышцы груди и спины. А сильными они могут стать благодаря физическим



упражнениям именно в младшем школьном возрасте. Физические упражнения оказывают большое влияние на развитие костно-мышечной системы ребёнка: объём и сила мышц увеличиваются, всё тело делается красивее.

Дети этого возраста овладевают умением дозировать свои усилия, подчинять движения определённому ритму, вовремя затормаживать их.

Появляются элементы логического мышления. Ребёнок также обладает большой двигательной активностью. В этом возрасте многие дети быстро утомляются, требуется частая смена деятельности, ребёнок любознателен, подвижен, общается с детьми и взрослыми.

Однако развитие механизмов центральной нервной системы ещё недостаточно, поэтому недостаточна способность к длительной продуктивной работе, к длительному мышечному напряжению и дети быстро утомляются.

Также при работе с детьми 10 – 11 лет следует вспомнить – одни имеют зрительный тип памяти, другие – слуховой, третьи – зрительно-двигательный и т.д. У одних наглядно-образное мышление, а у других – абстрактно-логическое. Это означает, что одним легче воспринимать материал с помощью зрения, другим – на слух, а третьим – необходимо прочувствовать новое движение «ногами».

**Цель занятий:**

- ✓ Освоить программу IV года обучения.

**Задачи:**

- Дальнейшее развитие физических способностей учащихся;
- Повышение уровня развития координационных способностей;
- Дальнейшее формирование навыков самообразования;
- содействие развитию психических процессов (внимание, мышление, память) в ходе двигательной деятельности;
- развитие интереса к танцевальному искусству.

**Продолжительность занятий:**

№	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
1	<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	144
2	<i>Постановочно-репетиционная работа</i>	2 часа	45мин.+ 10мин. (перерыв) + 45мин.	72
<b>Всего:</b>				<b>216 часов</b>

Комбинации IV года обучения становятся более танцевальными. В экзерсисе у станка много движений на полупальцах. Усложняется координация движений.

Большую продолжительность занимает экзерсис на середине. Вырабатывается устойчивость, укрепляются мышцы стопы. Становится более разнообразной прыжковая часть. Особое внимание – составлению танцевальных комбинаций.

Танцевальные комбинации выполняют одновременно не более 4 - 5 человек.

В музыкальном сопровождении танцевальных комбинаций рекомендуется использовать известные музыкальные произведения Глинки, Бетховена, Чайковского.

### **Репертуар:**

- по возможности, поддерживаются номера 3 года обучения;
- 1 – 2 новых номера, сюжетных, бессюжетных или образных;
- Возможны сольные номера.

### **Самообразование:** <http://kolombina.ksdk.ru/>

- Учимся самостоятельно использовать материалы нашего сайта;
- Сравниваем уроки классического танца Российских и Китайской академий танца.
- Проектное задание: Беседа "М.Тальони, первые пуанты"

**Отчётное мероприятие** – открытый урок, участие в отчётном концерте.

### **Планируемые результаты**

**Предметные:** учащийся должен освоить программу IV года обучения.

*Экзерсис у станка, на середине:*

- *Battements soutenus.*
- *Позы Croisee, effacee у станка.*
- *Большие позы Ecartee вперед, назад.*
- *Doubles B. Fondus*
- *Doubles B frappes*
- *Поза III Arabesque*
- *Tours по V поз*
- *Шаг degage*
- *Па вальса.*

*Allegro:*

- *Sissones ouvertes*
- *Jete Fermes в сторону*
- *Pas assemble вперед, назад*
- *Подготовка и Tours из V поз. en dehors*
- *Подготовка и Tours en dedan по диагонали.*
- *Танцевальная комбинация*

### **Метапредметные:**

Учащиеся принимают активное участие в концертной деятельности коллектива. Общение учащихся выходит за рамки своей группы.

Так же учащиеся IV года обучения принимают участие в конкурсах разного уровня и имеют возможность сравнивать свои достижения с достижениями своих сверстников, а так же видеть старших участников и выступления образцовых коллективов.

Впервые учащиеся выполняют задание по проектной деятельности: подбирают материал и готовят презентацию на тему «Крепостные балерины» совместно с педагогом.

**Личностные:**

**За IV год обучения учащиеся должны:**

- ❖ научиться "вслушиваться" в музыку. Движения у станка (и на середине) имеют разный темп.
- ❖ владеть методикой исполнения движений классического танца;
- ❖ Учащиеся должны запоминать комбинацию с 1 – 2 показов
- ❖ научиться воспринимать простые комбинации на слух, со слов педагога.
- ❖ владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой при исполнении танцевального номера;
- ❖ В танцевальных комбинациях научиться воспринимать нюансы движений корпуса, головы, рук.
- ❖ иметь понятие о балетном спектакле;
- ❖ научиться правильно ставить вопросы при поиске нужной информации.

### Содержание программы IV года обучения

#### 1. Классический танец.

Повторение пройденного материала. Расширение знаний по предмету.

Экзерсис у станка, на середине:

- *Battements soutenus.*
- *Позы Croisee, effacee у станка.*
- *Большие позы Ecartee вперед, назад.*
- *Doubles B. Fondus*
- *Doubles B frappes*
- *Поза III Arabesque*
- *Tours по V поз*
- *Шаг degage*
- *Па вальса.*

Экзерсис у станка и на середине, закрепление материала.

Закрепление правил исполнения движений.

Комбинации IV года обучения становятся более танцевальными. В экзерсисе у станка много движений на полу пальцах. Усложняется координация движений.

Становится более разнообразной прыжковая часть.

Allegro:

- *Sissones ouvertes*
- *Jete Fermes в сторону*
- *Pas assemble вперед, назад*
- *Подготовка и Tours из V поз. en dehors*
- *Подготовка и Tours en dedan по диагонали.*
- *Танцевальная комбинация*

2. Постановочная работа.

Один танцевальный номер.

3. Репетиционная работа.

Отработка нового номера и, по возможности, поддержание двух номеров с прошлого года обучения.

4. Открытый урок.

Итоговое занятие, показ достижений учащихся, диагностика усвоения программного материала.

5. Проектное задание: Беседа "М.Тальони, первые пуанты"

## **V год обучения**

### **Пояснительная записка**

Пятый год обучения начинается с повторения материалов IV года обучения. Увеличивается длительность учебного занятия.

*Особенности психофизиологического развития средних школьников (11 – 12 лет)*

Развитие детей в возрасте 11 -13 лет характеризуется началом периода полового созревания. В это время организм ребенка претерпевает особенно значительные морфологические и функциональные перестройки.

Отмечается, что в период полового созревания возможны резкие скачки в проявлении работоспособности и в совершенствовании координационных функций.

Мышцы и кости принадлежат к тем системам организма, которые наиболее четко характеризуют общие тенденции возрастного развития. Рост тела в длину сопровождается увеличением веса. Увеличение веса происходит не только за счет роста костного скелета и увеличения органов тела, но и за счет увеличения мышечной массы

Систематическая, постепенно нарастающая, но в то же самое время строго дозированная тренировка отдельных мышечных движений в процессе обучения делает все движения привычными, лёгкими и приятными. Если занятия не чрезмерны во времени и по нагрузке, то они у тренированного подростка обычно не вызывают утомления.

В связи со сказанным становится очевидным огромное гигиеническое и педагогическое значение тренировки мышечной системы.

Формируется осанка. Активно развиваются и совершенствуются функциональные показатели: система транспорта крови, дыхательная и сердечнососудистая системы. Совершенствуются процессы нервной деятельности, развиваются проводящие пути головного мозга, нейромоторные компоненты обеспечения движений.

Способности подростка можно оценивать не только по его достижениям в процессе обучения или выполнения какой-либо двигательной деятельности, но и по тому, как быстро и легко он приобретает эти умения и навыки.

Как можно больше требовательности, и как можно больше уважения. Контроль должен быть ненавязчивым и тактичным.

**Цель занятий:**

✓ Освоить программу V года обучения.

**Задачи:**

- Дальнейшее развитие физических способностей учащихся;
- Повышение уровня развития координационных способностей;
- Повышение уровня ловкости, ритмичности, музыкальности;
- Дальнейшее формирование навыков самообразования;
- Приобретение навыков самостоятельной деятельности и личной ответственности обучающихся.

**Продолжительность занятий:**

№	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
1	<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10 мин. (перерыв) + 45 мин.	144 часа
2	<i>Постановочно-репетиционная работа</i>	2 час	45мин.+ 10 мин. (перерыв) + 45 мин.	72
Всего:				216 часов

На V году обучения комбинационно усложняется весь пройденный материал. Уточняется и закрепляется методическая грамотность движений.

Повышается техника исполнения учащимися движений экзерсиса и танцевальных комбинаций.

**Репертуар:**

- по возможности, поддерживаются номера 4 года обучения;
- 1 – 2 новых номера, сюжетных, бессюжетных или образных;
- Возможны сольные номера.

**Самообразование:** <http://kolombina.ksdk.ru/>

- Учимся самостоятельно использовать материалы нашего сайта;
- Танцы ансамбля Игоря Моисеева. Исполнение, рисунок танца, костюмы.
- Проектное задание: Беседа " Крепостные балерины".

**Отчётное мероприятие** – класс – концерт, участие в отчётном концерте.

**Планируемые результаты**

**Предметные:** Учащийся должен освоить программу V года обучения.

1. *Экзерсис у станка:*
  - *G. Plie по IV поз.*
  - *B.tendus на 1/8*
  - *B.t.jetes на 1/8*
  - *B. Soutenus на 45<sup>0</sup>*
2. *Экзерсис на середине:*
  - *Pas De Bourree En Tournant*
3. *Allegro:*
  - *Doubl, Assemble.*
  - *Jete Fermes вперёд, назад.*
  - *Tours по IV поз. En Dehors*

**Метапредметные:**

Учащиеся принимают активное участие в концертной деятельности коллектива. Общение учащихся выходит за рамки своей группы.

Так же учащиеся V года обучения принимают участие в конкурсах разного уровня и имеют возможность сравнивать свои достижения с достижениями своих сверстников, а так же видеть старших участников и выступления образцовых коллективов.

Учащиеся самостоятельно выполняют задание по проектной деятельности: подбирают материал и готовят презентацию на тему «Балет П.И. Чайковского «Щелкунчик».

**Личностные: По окончании 5-го года учащиеся должны:**

- ❖ приобрести навыки самостоятельной работы с танцевальным материалом;
- ❖ знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- ❖ владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- ❖ иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- ❖ уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр.

**Содержание программы V года обучения**

1. Классический танец.

Повторение пройденного материала. Расширение знаний по предмету.

Экзерсис у станка:

- *G. Plie по IV поз.*
- *B.tendus на 1/8*
- *B.t.jetes на 1/8*
- *B. Soutenus на 45<sup>0</sup>*

Экзерсис на середине:

- *Pas De Bourree En Tournant*

Allegro:

- *Doubl, Assemble.*
- *Jete Fermes* *вперёд, назад.*
- *Tours no IV* *поз. En Dehors*

Экзерсис у станка и на середине, закрепление материала.

На V году обучения комбинационно усложняется весь пройденный материал. Уточняется и закрепляется методическая грамотность движений.

Повышается техника исполнения учащимися движений экзерсиса и танцевальных комбинаций.

2. Постановочная работа.

Два разнохарактерных танцевальных номера.

3. Репетиционная работа.

Отработка новых номеров, поддержка одного – двух номеров прошлых лет обучения.

4. Итоговое мероприятие: класс-концерт.

5. Проектное задание: Беседа " Крепостные балерины"

## **VI год обучения**

### **Пояснительная записка**

Шестой год обучения начинается с повторения материалов V года обучения.

*Особенности психофизиологического развития средних школьников (12 – 13 лет)*

Физическое развитие подростков характеризуется большой интенсивностью, неравномерностью и значительными осложнениями, связанными с началом полового созревания.

Однако физическое развитие происходит непропорционально: конечности растут быстрее, развитие же туловища несколько отстает. Внешне это проявляется в том, что у подростков руки и ноги кажутся несколько удлиненными, а движения их отличаются угловатостью и некоторой неуклюжестью.

Некоторые диспропорции наблюдаются также в развитии сердечнососудистой системы. Сердце растет быстрее, развитие же сосудов несколько отстает, что ведет к недостатку в притоке крови к отдельным органам и системам, к повышению кровяного давления и связанным с этим головным болям. Подростки отличаются большой подвижностью. Но и мышцы, и кровеносная система еще недостаточно окрепли, поэтому подростки быстро устают, не в состоянии переносить длительное физическое напряжение, а чрезмерные физические нагрузки нередко приводят к физическим травмам. Вот почему правильное дозирование физических нагрузок составляет важную задачу при организации практической деятельности подростков.

Поступление же в кровь гормонов, вырабатываемых органами внутренней секреции, вызывает то повышение, то понижение жизненного тонуса, то подъем, то упадок работоспособности и энергии, а также сопровождается чередованием то хорошего настроения, то ухода во внутренние переживания, то жизнерадостности, то пассивности. В периоды понижения настроения и упадка энергии у подростков может появляться раздражительность, равнодушное отношение к учению.

В то же время, они уже не удовлетворяются внешним восприятием изучаемых предметов и явлений, а стремятся понять их сущность, существующие в них причинно-следственные связи.

Особое значение в организации учебной работы подростков имеет внутреннее стимулирование их познавательной деятельности, т.е. развитие у них познавательных потребностей, интересов и мотивов учения.

Деятельность детей приобретает постоянный индивидуальный характер. Формируются усложненные понятия, суждения, умозаключения. Дети начинают строить предварительный план поступков в уме. Мышление становится абстрактным.

### **Цель занятий:**

- ✓ Освоить программу VI года обучения.

### **Задачи:**

- дальнейшее развитие физических способностей учащихся;
- повышение уровня развития координационных способностей;
- повышение уровня ловкости, ритмичности, музыкальности;
- дальнейшее формирование навыков самообразования;
- приобретение навыков самостоятельной деятельности и личной ответственности обучающихся.

### **Продолжительность занятий:**

№	Вид деятельности	Часы в неделю	Продолжительность занятия	Часов в год
1	<i>Классический танец</i>	4 часа	45мин.+ 10 мин. (перерыв) + 45 мин.	144 часа
2	<i>Постановочно-репетиционная работа</i>	2 час	45мин.+ 10 мин. (перерыв) + 45 мин.	72
Всего:				216 часов

На VI году обучения учащиеся должны закрепить весь пройденный материал.

### **Репертуар:**

- по возможности, поддерживаются номера 5 года обучения;
- 1 – 2 новых номера, сюжетных, бессюжетных или образных;
- Возможны сольные номера.

**Самообразование:** <http://kolombina.ksdk.ru/>



- Учимся самостоятельно использовать материалы нашего сайта;
- Обсуждаем различные постановки балета «Лебединое озеро», в т.ч. акробатическую...
- Проектное задание: Беседа " Балет Прокофьева «Золушка»"

**Отчётное мероприятие** – класс – концерт, участие в отчётном концерте.

**Планируемые результаты**

**Предметные:** Учащийся должен освоить программу VI года обучения.

*Экзерсис на середине:*

- *B. Tendus, B. T. Jetes En Tournant*
- *Pas De Bourree Dessus - Dessous*
- *Pas De Bourree Dessus - Dessous En Tournant*

*Allegro:*

- *Sissone Ballonnee.*
- *Grant Assemble.*
- *Sissonnes Tombe*

**Метапредметные:**

Учащиеся принимают активное участие в творческой жизни коллектива, принимают участие в фестивалях и конкурсах разного уровня и имеют возможность сравнивать свои достижения с достижениями своих сверстников.

Учащиеся самостоятельно выполняют задание по проектной деятельности: подбирают материал и готовят презентацию на тему "М.Тальони, первые пуанты"

**Личностные:**

**По окончании 6-го года учащиеся должны:**

- ❖ свободно использовать весь пройденный материал при подготовке к различным мероприятиям как внутри коллектива, так и вне его;
- ❖ уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
- ❖ иметь стойкую мотивацию к познавательной деятельности;
- ❖ Уметь работать в группе и с группой, как при педагоге, так и в его отсутствии;

Ощущать личную ответственность за свои действия в коллективе

**Содержание программы VI года обучения**

1. Классический танец.

Повторение пройденного материала. Расширение знаний по предмету.

Экзерсис у станка:

- *B. Tendus, B. T. Jetes En Tournant*

Экзерсис на середине:

- *Pas De Bourree Dessus - Dessous*
- *Pas De Bourree Dessus - Dessous En Tournant*

Allegro: отработка комбинаций

- *Sissone Ballonnee.*

- *Grant Assemle.*
- *Sissonnes Tombe*

Закрепление материала.

На VI году обучения учащиеся должны закрепить весь пройденный материал.

Уметь свободно использовать его при подготовке к различным мероприятиям как внутри коллектива, так и вне его.

2. Постановочная работа.

Один новый танцевальный номер.

3. Репетиционная работа.

Отработка нового номера, поддержка трёх – четырёх номеров прошлых лет обучения.

4. Итоговое мероприятие: класс-концерт.

5. Проектное задание: Беседа "Имена мирового танцевального искусства"

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Раздел тема	Формы занятий	Методы	Комплекс средств обучения	Форма контроля
1	<i>Классический танец</i> а. <i>Экзерсис</i> б. <i>Самообразование</i> в. <i>Презентация (беседа)</i>	Групповые учебные занятия  Дистанционное обучение	<i>Группа репродуктивных методов обучения:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• информационно-рецептивный,</li> <li>• Репродуктивный,</li> <li>• метод проблемного изложения.</li> </ul>	<i>Базарова Н., Мей В. Азбука Классического танца. – Л.: Искусство, 1983. Страниц: 207</i> <b>Ваганова А.Я. Основы классического танца.</b> <i>Л.: Искусство, 1960, стр. 158</i> <a href="http://www.balletmusic-books.narod.ru/Vaganova/Vaganova002.htm#">http://www.balletmusic-books.narod.ru/Vaganova/Vaganova002.htm#</a> <i>Классический танец. Программа 1–3 класс. – СПб.: Изд-во АРБ, 1998</i> <i>Методические пособия ЛГИК 1983-88г</i> <a href="http://plie.ru/?vpath=/azbuka/">http://plie.ru/?vpath=/azbuka/</a> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология_в_балете">http://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология_в_балете</a> <i>. Все ссылки по Материалам для самостоятельного просмотра и последующего обсуждения выложены на сайте коллектива. <a href="http://kolombina.ksdk.ru/">http://kolombina.ksdk.ru/</a></i>	Открытый урок  Зачётный урок  Опрос Диагностика
3	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	Групповое и индивидуальное учебные занятия  Репетиция  Дистанционное обучение	<i>Группа репродуктивных методов обучения:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• информационно-рецептивный,</li> <li>• Репродуктивный,</li> <li>• метод проблемного изложения.</li> </ul> <i>Группа продуктивных методов обучения:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• частично-поисковый</li> <li>• исследовательский</li> </ul>	<b>Методические пособия ЛГИК 1983 – 1988гг.</b> <b>Материалы сайтов интернета,</b> <b>МО по хореографии</b> <b>Семинары по хореографии</b> <b>Курсы повышения квалификации</b> <i>Все ссылки по Материалам для самостоятельного просмотра и последующего обсуждения выложены на сайте коллектива. <a href="http://kolombina.ksdk.ru/">http://kolombina.ksdk.ru/</a></i>	Концерты Конкурсы Фестивали разных уровней
4	<i>Партнерный экзерсис</i>	Групповые учебные занятия  игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Репродуктивный</li> </ul>	<b>Барышникова Т. Азбука хореографии.</b> <a href="http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=3093003">http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=3093003</a> <i>Танцевальный совет ЮНЕСКО, семинары-практикумы по современным методикам преподавания хореографии.</i>	Открытый урок Диагностика

**ТСО для всех разделов:** хореографический класс (не менее 80 м<sup>2</sup>, станки, зеркала), фортепиано, ПК, CD-плеер, телевизор

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука Классического танца. - Л.: Искусство, 1983, - 207с
2. Барышникова Т. Азбука хореографии, Айрис Пресс,- М., 2001, - 266с
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Искусство, 1960, - 158с.
4. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. - М., 2002, - 205 с
5. Жорницкая М. Я. Танцы народов Севера - М.: Сов. Россия, 1988 - 128 с
6. Захаров В. Радуга русского танца - М.: Сов. Россия, 1986, 122с
7. Смирнов И.В Искусство балетмейстера. – М.: Просвещение, 1986, - 195с.
8. Смирнов И.В. Работа балетмейстера над хореографическим произведением. - М.: Искусство, 1979, - 92с.
9. Ткаченко Т. Народные танцы. – М.: Искусство, 1975. 350 с
10. Методические пособия ЛГИК, 1983 - 1987гг.

### Интернет – источники:

1. Азбука балета

<http://plie.ru/?vpath=/azbuka/>

<http://plie.ru/?vpath=/teach/>

<http://plie.ru/?vpath=/mclass/>

[http://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология\\_в\\_балете](http://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология_в_балете)

Все ссылки по Материалам для самостоятельного просмотра и последующего обсуждения выложены на сайте коллектива.

<http://kolombina.ksdk.ru/>

## Приложения

### Термины классического и народно-характерного танца

(фрагмент книги Татьяны Барышниковой «Азбука Хореографии»)

Терминология классического и народно-характерного танца сложилась в 17-м веке (1661г.) во Франции, в Королевской академии танца. Постепенно эта танцевальная терминология стала общепризнанной во всём мире. Но она претерпела много изменений, дополнений, прежде чем пришла к той стройной и строгой системе, которой мы пользуемся в настоящее время. Немалый вклад в уточнение терминологии внесла русская школа классического танца и её создательница профессор Агриппина Яковлевна Ваганова.

Однако французский язык остался в терминологии столь же обязательным, как латынь в медицине.

**Adagio** (*ададжио*) – медленно; медленная часть танца

**Allegro** (*аллегро*) – быстро; прыжковая часть урока;

**Allongee** (*аллонже*) – от гл удлинить, продлить, вытянуть;

**Aplomb** (*апломб*) – устойчивость;

**Arabesque** (*арабеск*) – поза, название которой происходит от стиля арабских фресок;

**Assemble** (*ассамбле*) – от гл соединять, собирать; прыжок собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с двух ног на две

**Attitude** (*аттитюд*) – поза; положение тела с ногой, поднятой назад, полусогнутой.

**Balance** (*балансэ*) – от гл. качать, покачиваться;

**Balancoire** (*балансуар*) – качели; применяется в grand battement jete;

**Pas ballonnee** (*па баллоне*) – от гл. раздуваться; продвижение в момент прыжка с сильно вытянутыми ногами в воздухе до

момента приземления и сгиба одной ноги на Sur le cou-de-pied;

**Pas ballotte** (*па баллотэ*) – от гл. колебаться;

**Pas de basque** (*па де баск*) – шаг басков;

**Battement** (*батман*) – размах, биение;

**Battement developpe** (*батман девелоппэ*) – от гл. раскрыть;

**Battement fondu** (*батман фондю*) – от гл. таять;

**Battement frappe** (*батман фраппэ*) – от гл. бить;

**Double** (*дубль*) – двойной;

**Battement double frappe** (*батман дубль фраппэ*) – движение с двойным ударом;

**Battement soutenu** (*батман сутэню*) – от гл. выдерживать, поддерживать; непрерывное движение;

**Battement tendu** (*батман тандю*) – отведение и приведение вытянутой ноги;

**Batterie** (*батри*) – барабанный бой; нога в положении Sur le cou-de-pied проделывает ряд мелких ударных движений;

**Pas de bourree** (*па де буррэ*) – чеканный танцевальный шаг; переступание с небольшим продвижением;

**Cabriole** (*кабриоль*) – прыжок на месте; прыжок с подбиванием одной ноги другой;

**Changement de pieds** (*шажман де пье*) – смена; прыжок со сменой ног в воздухе;

**Pas chasse** (*па шассэ*) – от гл. гнать; партерный прыжок с продвижением во время которого одна нога подбивает другую;

**Pas de chat** (*па де ша*) – кошачий шаг;

**Pas ciseaux** (*па сизо*) – ножницы;

**Coupe** (*купэ*) – подбивание; отрывистое движение, короткий толчок;

**Pas couru** (*па куро*) – пробежка по шестой позиции;

**Croisee** (*круазэ*) – от гл. скрещивать; поза, при которой одна нога закрывает другую;

**En dedans** (*ан дэдан*) – внутрь; в круг;

**En dehors** (*ан дэор*) – наружу; из круга;

**Degage** (*дегаже*) – от гл. освобождать, отводить;

**Demi** (*дэми*) – полу, наполовину;

**Demi-plie** (*дэми плие*) – пулуприседание;

**Grand** (*гран*) – глубокий; Обозначает максимально выраженную сущность движения.

**Grand plie** (*гран плие*) – глубокое приседание;

**Dessus-dessous** (*дэсю-десу*) – над, под; вид Pas de bourree;

**Ecartee** (*экартэ*) – от гл. отводить, раздвигать; поза, при которой вся фигура развёрнута по диагонали;

**Echappe** (*эшанпэ*) - от гл. вырываться; двойной прыжок с раскрытием ног на вторую позицию и собиранием из второй в пятую позицию;

**Effacee** (*эфасэ*) – открытое положение корпуса и ног;

**Pas emboite** (*па амбуатэ*) - от гл. вкладывать ,вставляя; прыжок, во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе;

**Entrechat** (*антраша*) – прыжок с заноской;

**En face** (*ан фас*) – прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;

**Pas faille** (*па файи*) – ослабевающее движение; одна нога как бы подсекает другую;

**Fouette** (*фуэтэ*) – от гл. стегать, сечь;

**Galloper** (*галон*) – гоняться, преследовать, скакать, мчаться;

**Glissade** (*глиссад*) – скольжение; прыжок исполняемый без отрыва носков от пола;

**Jete** (*жетэ*) – бросок ноги на месте или в прыжке;

**Jete entrelace** (*жетэ антрэлясэ*) - *от гл.* переплестать; перекидной прыжок;

**Jete ferme** (*жетэ фермэ*) – закрытый прыжок;

**Jete passé** (*жетэ пассэ*) – проходящий прыжок;

**Pas** (*па*) – шаг;

**Passé** (*пассэ*) - *от гл.* проводить, проходить; связующее движение, проведение или переведение ноги;

**Petit battement** (*пти батман*) – маленький батман;

**Pointe** (*пуантэ*) – пуант, носок, пальцы;

**Por de bras** (*пор де бра*) – упражнения для рук, корпуса и головы;

**Preparation** (*препарассион*) – приготовление, подготовка;

**Releve** (*рэлевэ*) - *от гл.* приподнимать; подъём на пальцы или полупальцы;

**Releve lent** (*рэлевэ лян*) – медленный подъём ноги;

**Rond de jambe en l'air** (*рон дэ жамб ан леер*) – круг ногой в воздухе;

**Rond de jambe par terre** (*рон де жамб пар тэр*) – круг ногой по полу;

**Saut de basque** (*со дэ баск*) – прыжок басков; прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе;

**Sauté** (*сотэ*) – прыжок на месте по позициям;

**Sissonne** (*сисон*) – вид прыжка;

**Sissonne fermee** (*сисон фэрмэ*) - *от гл.* закрывать; закрытый прыжок;

**Sissonne ouverte** (*сисон увэрт*) – прыжок с открыванием ноги;

**Sissonne simple** (*сисон сэмпль*) – простой прыжок с двух ног на одну;

**Sissonne tombe** (*сисон томбэ*) – прыжок с падением;



**Soutenu** (*сутэню*) - от гл. втягивать;

**Sur le cou-de-pied** (*сюр ле ку-дэ-пье*) – положение рабочей ноги у шиколотки опорной ноги;

**Temps lie** (*там лие*) – связанное во времени; связующее, плавное слитное движение;

**Tour** (*тур*) – поворот;

**Tour chaîne** (*тур шенэ*) – сцепленный, связанный; быстрые повороты, следующие один за другим;

**En toutnant** (*ан турнан*) - от гл. вращать; поворот корпуса во время движения;

**Выворотность** – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах;

**Координация** – соответствие и согласование всего тела.

**Exercice** (*Экзерсис*) — упражнение. Первая часть урока классического танца — упражнения у станка и на середине зала, вырабатывающие профессиональные качества, необходимые для выполнения танцевальной техники: выворотность и силу мышц ног, правильную постановку корпуса, рук и головы, устойчивость, координацию движений. Из элементарных движений, составляющих экзерсис, слагаются разнообразные формы классического танца.

Детский хореографический коллектив \_\_\_\_\_

Диагностическая карта на группу № \_\_\_\_, \_\_ год обучения, \_\_ степень, 20\_\_ – 20\_\_ уч. год.

Педагог: Калганова С.В.

Ф.И.	ритмичность			артистичность			Физическое развитие																		баллы			
							Подтянутость корпуса			Правильность рук			Выворотность ног			Натянутасть ног			Гибкость			Танцевальный шаг						
	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	сен	дек	май	



Оценка по критериям:

1. **Ритмичность:** оценивается от 1 до 5 баллов по результатам Музыкально – ритмической части (прохлопывание ритмического рисунка, прыжки и шаги на координацию)

- ❖ *1 балл* – учащийся может хлопать в ритм музыки, но не может прохлопать заданный ритмический рисунок, не слушает музыку, прыгает и шагает под свой внутренний счёт;
- ❖ *2 балла* – учащийся может хлопать в ритм музыки, прохлопывает различные ритмы, но не может уложить их на музыку, не справляется с прыжками под определённый счёт (не слышит начало и конец музыкальной фразы);
- ❖ *3 балла* – учащийся самостоятельно прохлопывает комбинацию ритмических рисунков, но прыгает и шагает под свой внутренний счёт;
- ❖ *4 балла* – учащийся самостоятельно прохлопывает комбинацию ритмических рисунков, без ошибок исполняет комбинации прыжков на координацию, но затрудняется с шагами и подскоками;
- ❖ *5 баллов* – учащийся самостоятельно прохлопывает комбинацию ритмических рисунков, без ошибок исполняет комбинации прыжков на координацию, правильно (в ритм музыки) исполняет все шаги, бег, подскоки.

2. **Артистичность:** оценивается от 1 до 5 баллов по заданиям на импровизацию, поведению в играх, возможно по постановочной работе.

- ❖ **1 балл** – учащийся бежит по залу не пытаясь создать образ;
- ❖ **2 балла** – учащийся пытается реалистично изображать животных;
- ❖ **3 балла** – учащийся с удовольствием играет, но под музыку двигается скованно, не проявляя эмоций;
- ❖ **4 балла** – учащийся может импровизировать в классе, но стесняется на сцене или при взрослых (на открытом уроке);
- ❖ **5 баллов** – учащийся может импровизировать, чувствуя образ музыки – грустная, весёлая, солнечная, волшебная. Либо создавать образы ветра, снежинок, листочков, деревьев, птичек и т.д.

### 3. Физическое развитие

- **Подтянутость корпуса:** оценивается от 1 до 5 баллов общая подтянутость корпуса, прямая спина в положении стоя и сидя, ровные плечи, подтянутый живот и ягодичные мышцы.
  - ❖ **1 балл** – учащийся не старается поддерживать подтянутый корпус;
  - ❖ **2 балла** – учащийся старается, но не может проконтролировать подтянутость корпуса во время движения;
  - ❖ **3 балла** – учащийся сохраняет подтянутый корпус во время исполнения заданного движения, но, расслабляясь и сидя, горбится, теряя подтянутую осанку;
  - ❖ **4 балла** – учащийся сохраняет подтянутый корпус на протяжении всего урока;

- ❖ **5 баллов** – учащийся сохраняет подтянутую осанку на протяжении всего урока, а так же за пределами класса.
  
- **Правильность рук:** оценивается от 1 до 5 баллов правильные положения рук на поясе. На втором году оценивается правильные положения рук в Подготовительной, I, II и III позициях, в положении «вздоха».
  - ❖ **1 балл** – учащийся не может удержать правильное положение рук на поясе;
  - ❖ **2 балла** – учащийся с трудом удерживает правильное положение рук на поясе;
  - ❖ **3 балла** – учащийся знает и правильно выполняет положение рук на поясе, но не верно выполняет позиции рук (провисают локти)
  - ❖ **4 балла** – учащийся знает и правильно выполняет положение рук на поясе, в Подготовительной, I и III позициях, но затрудняется с положением рук во II поз. и в положении «вздоха»;
  - ❖ **5 баллов** – учащийся знает и правильно выполняет все заданные положения рук.
  
- **Выворотность ног:** оценивается от 2 до 5 баллов развёрнутость ног в положении «бабочка» (сидя, ноги согнуты в коленях, положение «пятка к пятке», колени развёрнуты и стараются прижаться к полу)
  - ❖ **2 балла** – учащийся в положении «бабочка» не может положить колени на пол (10 – 20 см до пола)
  - ❖ **3 балла** – учащийся в положении «бабочка» не может положить колени на пол (5 – 10 см до пола)

- ❖ **4 балла** – учащийся в положении «бабочка» может пружинным движением (машем крыльями) колени на пол (3 – 5 см до пола)
  - ❖ **5 баллов** – учащийся в положении «бабочка» свободно может положить и удержать колени на полу.
- **Натянутасть ног:** оценивается от 0 до 5 баллов способность поддерживать натянутасть ног в позициях стоя и сидя на полу.
    - ❖ 0 баллов – начальный уровень, учащийся не знает понятия «натянутасть ног»
    - ❖ **1 балл** – учащийся не старается сохранить натянутасть ног стоя и во время движения;
    - ❖ **2 балла** – учащийся старается, но не может проконтролировать натянутасть ног стоя и во время движения;
    - ❖ **3 балла** – учащийся сохраняет натянутасть ног стоя, но теряет натянутасть во время исполнения заданного движения;
    - ❖ **4 балла** – учащийся сохраняет натянутасть ног стоя и может, при напоминании другому учащемуся, проконтролировать натянутасть своих ног;
    - ❖ **5 баллов** – для учащегося сохранение натянутасти ног является потребностью.
  - **Гибкость:** оценивается от 1 до 5 баллов в положении «корзиночка» (лѐжа на животе, достать носочками до головы)
    - ❖ **1 балл** – учащийся в положении «корзиночка» не может достать носочками до головы (10 – 20 см);

- ❖ **2 балла** – учащийся в положении «корзиночка» не может достать носочками до головы (5 – 10 см);
  - ❖ **3 балла** – учащийся в положении «корзиночка» с трудом достаёт носочками до головы;
  - ❖ **4 балла** – учащийся в положении «корзиночка» достаёт носочками до головы;
  - ❖ **5 баллов** – учащийся в положении «корзиночка» свободно достаёт носочками до лба, глаз и больше.
- **Танцевальный шаг:** оценивается от 1 до 5 баллов в положении поперечного или продольного шпагата.
    - ❖ **1 балл** – учащийся, в положении поперечного или продольного шпагата, не достаёт до пола (20 – 30 см);
    - ❖ **2 балла** – учащийся, в положении поперечного или продольного шпагата, не достаёт до пола (5 – 10 см);
    - ❖ **3 балла** – учащийся, в положении поперечного или продольного шпагата, достаёт до пола;
    - ❖ **4 балла** – учащийся, в положении поперечного и продольного шпагата, достаёт до пола;
    - ❖ **5 баллов** – учащийся свободно сидит в положении поперечного и продольных шпагатов и уходит в минус.



Список использованной литературы

1. Баранов В. М. В. Методика коррекционных занятий. - Л.: Просвещение, 1983. - 207 с.
2. Баранов В. М. Методика коррекционных занятий. - М.: Просвещение, 2001. - 266 с.
3. Баранов В. М. Методика коррекционных занятий. - Л.: Просвещение, 1980. - 188 с.
4. Тусен Л. Методика преподавания народного танца. - М., 2002. - 205 с.
5. Жолтыгина М. В. Танцы народов Севера. - М.: Сов. Россия, 1988. - 128 с.
6. Жолтыгина М. В. Танцы русского народа. - М.: Сов. Россия, 1988. - 128 с.
7. Карпов В. М. Методика балетмейстера. - М.: Просвещение, 1986. - 190 с.
8. Карпов В. М. Работа балетмейстера над хореографическим произведением. - М.: Просвещение, 1979. - 92 с.
9. Карпов В. М. Народные танцы. - М.: Просвещение, 1975. - 350 с.
10. Карпов В. М. Методика балетмейстера. - М.: Просвещение, 1983. - 190 с.



В данном документе пронумеровано,  
 прошнуровано и скреплено печатью  
 36 пронумерованных листов  
 Документовед  
 В. А. Баранова