



## Приложение к дополнительной общеразвивающей программе «ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА»

Составитель приложения

Гайдабура Елена Павловна, методист

### Оглавление

Краткие сведения о программе .....	1
1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	2
1.1 Система оценки результативности реализации ДОП .....	2
Входная диагностика .....	3
Анкеты для родителей .....	5
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ .....	7
Классическая хореография – основа любого вида танца .....	7

### Краткие сведения о программе

Дополнительная общеразвивающая программа

**ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА  
(ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ  
«ФЕЙЕРВЕРК»)**

Автор (составитель) программы:

**Карпенков Андрей Борисович,  
Ржевская Марина Сергеевна,**  
педагоги дополнительного образования

Направленность программы /  
направление (вид) деятельности

**художественная**

Возраст детей, осваивающих программу

7-9 лет

Срок реализации программы

2 года

## 1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### 1.1 Система оценки результативности реализации ДОП

Данная программа предполагает следующие формы контроля и аттестации:

Виды контроля и аттестации	Формы контроля	Оценочные материалы
Входной контроль (начало учебного года)	Просмотр	Карта входящего контроля
Текущий контроль	педагогическое наблюдение; устный опрос; контрольный просмотр; открытое занятие;	
Промежуточная аттестация в конце каждого года обучения (апрель)	Контрольное занятие	Зачетная ведомость промежуточной аттестации

В начале учебного года осуществляется входной контроль учащихся в форме просмотра, который проводится с целью определения физических данных и выявления уровня музыкально-двигательной подготовки.

Для оценки результативности освоения программы при осуществлении текущего контроля и проведении промежуточной аттестации используется трехуровневая система:

*"высокий"* – танцевальные навыки сформированы на хорошем уровне; ребенок правильно и четко выполняет упражнения экзерсиса, хорошо координирован, правильно и грациозно выполняет танцевальные движения; проявляет фантазию и самостоятельность при исполнении танцевальных этюдов;

*"средний"* – музыкально-двигательные навыки сформированы на достаточном уровне, иногда нужна корректировка педагога для достижения точности выполнения заданных упражнений; хорошо контролирует свое тело; простые танцевальные движения выполняет правильно и четко;

*"низкий"* – интерес к занятиям неустойчивый, для достижения правильного исполнения упражнений экзерсиса и элементов танцев необходима поддержка педагога; контроль тела недостаточен для выполнения сложно координированных движений, при выполнении танцевальных движений проявляет неуверенность, низкую согласованность с другими участниками танца.

Промежуточная аттестация проводится в апреле каждого года обучения в виде контрольного занятия.

Результаты отчетного мероприятия заносятся в зачетную ведомость. Итоговой аттестации нет.

Входная диагностика проводится с детьми, поступающими на первый год обучения в форме просмотра. Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства учащихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, творческих способностей, отношение к трудовой деятельности. Результативность выполнения программы отслеживается путем проведения первичного, промежуточного и итогового этапов диагностики.

Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся. Во время первичной диагностики определяются следующие данные: координация, музыкальность, гибкость, растяжка, прыжок, память.

Критерии оценки: удовлетворительно, хорошо, отлично.

Результаты первичной диагностики фиксируются в диагностической ведомости приёма детей.

### Диагностическая карта приёма детей

№ п/п	Фамилия, имя	Координация	Музыкальность					Примечания

#### Критерии оценивания:

##### **Координация**

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – 16 прыжков с соединением ног и синхронным опусканием рук вниз, затем соединить ноги, руки раскрыть в стороны.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может скоординировать ноги и руки во время всего упражнения.

Оценка «хорошо» - ребёнок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках.

Оценка «отлично» - ребёнок хорошо координирует ноги и руки во время всего упражнения.

##### **Музыкальность**

Ребёнок должен пройти по кругу под музыку марша, не сбиваясь с ноги, точно в такт музыки.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может пройти в такт музыки.

Оценка «хорошо» - ребёнок иногда сбивается с ноги во время упражнения. Оценка «отлично» - ребёнок не сбивается с ноги во время всего

упражнения.

### **Гибкость**

Ребёнок должен согнуться как можно сильнее вперёд и перегнуться назад, не сгибая колен.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может достать пальцами до пола, гнётся назад на 25 градусов.

Оценка «хорошо» - ребёнок достаёт пальцами до пола, гнётся назад на 45 градусов.

Оценка «отлично» - ребёнок достаёт ладонями до пола, гнётся назад на 90 градусов.

### **Растяжка**

Ребёнок должен как можно сильнее растянуться на продольный и поперечный шпагаты. У станка проверяется уровень поднятия ноги (шаг) вперёд, в сторону, назад.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не достаёт до пола около полуметра, у станка не может поднять и подержать ногу на 45 градусов.

Оценка «хорошо» - ребёнок не достаёт до пола 10 сантиметров, у станка поднимает и держит ногу на 90 градусов.

Оценка «отлично» - ребёнок свободно растягивается на шпагат, у станка поднимает и держит ногу на уровне более 90 градусов.

### **Прыжок**

Ребёнок должен сделать 16 прыжков как можно выше.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок отрывается от пола на 5 сантиметров.

Оценка «хорошо» - ребёнок отрывается от пола 10 сантиметров.

Оценка «отлично» - ребёнок отрывается от пола на 20 –30 сантиметров.

### **Память**

Ребёнку предлагается простое упражнение, которое он должен запомнить и повторить: 4 шага на месте, 4 хлопка.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может запомнить и повторить упражнение с третьего раза.

Оценка «хорошо» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение со второго раза.

Оценка «отлично» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение с первого раза.

Результаты просмотра фиксируются в диагностической ведомости (приложение «раздаточные материалы»).

По результатам первичной диагностики ребёнок, показавший только отличные результаты по всем критериям, может быть зачислен сразу в более старшую группу.

Упражнения подбираются педагогом с учётом возраста ребёнка. Старшим детям можно дать задания более сложные.

## Анкеты для родителей

Анкета для родителей позволяет привлечь родителей к более тесному взаимодействию с педагогами ансамбля. Для проведения отчётных концертов ансамбля, поездок, праздников и мероприятий Морозовского отдела детского творчества, часто требуется помощь родителей в приобретении подарков, перевозки костюмов, изготовления реквизита к танцам, сценических декораций и т.п. Данная анкета позволяет определить, какую помощь при необходимости могут оказать родители ребёнка

Для определения динамики развития и роста мастерства учащихся проводится анализ результатов по показателям диагностики, зафиксированным в таблице «Результаты диагностического контроля». Это позволяет сделать вывод о степени результативности образовательной программы, выявить одаренных детей и разработать для них индивидуальный образовательный маршрут с целью достижения высоких результатов в данном направлении, помочь в профессиональном самоопределении.

### АНКЕТА

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_\_\_\_ телефон ребёнка \_\_\_\_\_

№ детсада \_\_\_\_\_ ф. и. о. воспитателя \_\_\_\_\_

Название группы \_\_\_\_\_ телефон: \_\_\_\_\_

Школа, класс (с буквой): \_\_\_\_\_

Ф.И.О. классного руководителя \_\_\_\_\_

Сведения о родителях:

Отец: \_\_\_\_\_

Место работы, должность, телефон \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Мать: \_\_\_\_\_

Место работы, должность, телефон: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Состав семьи \_\_\_\_\_

Дом. Адрес: \_\_\_\_\_

Дом. телефон: \_\_\_\_\_

Подпись родителя \_\_\_\_\_

## Анкета для родителей «Ваш ребёнок: какой он?»

Для родителей обучающихся разработана анкета с вопросами, позволяющая сделать образовательный процесс более содержательным и интересным, помочь повысить результативность воспитательного процесса, предупредить и преодолеть многие отклонения в развитии личности.

В ходе реализации программы предусматривается помощь детей в выполнении творческих работ, проектов, которые помогают определить степень усвоения детьми учебного материала, их мотивацию к занятиям хореографией, чувство коллективизма и товарищества. Данная анкета позволяет определить склонность ребёнка к тем или иным занятиям, его интересы и правильно подобрать для него задание при работе над проектами и творческими работами.

### Текст анкеты

Дорогие родители! Для осуществления индивидуального подхода к Вашему ребёнку просим Вас ответить на вопросы предлагаемой анкеты. Результаты ответов помогут педагогу улучшить взаимодействие с Вашим ребёнком, сделать образовательный процесс более содержательным и интересным, помочь повысить результативность воспитательного процесса, предупредить и преодолеть многие отклонения в развитии личности. Спасибо за сотрудничество!

Фамилия, имя ребёнка: \_\_\_\_\_

1. Что больше интересует Вашего ребёнка: компьютерные игры, игры, требующие физической силы и выносливости? \_\_\_\_\_

2. Что больше нравится делать Вашему ребёнку: заниматься спортом, тихими занятиями, требующими сосредоточенности и внимания, групповыми или индивидуальными занятиями? \_\_\_\_\_

3. Какие способности Вы хотите развить у Вашего ребёнка в первую очередь: гибкость, выносливость, память, физическую силу, сделать ребёнка разносторонне развитым? \_\_\_\_\_

4. Какие умения и навыки Вы считаете самыми важными? \_\_\_\_\_

5. В какой поддержке и помощи со стороны педагога Ваш ребёнок нуждается? \_\_\_\_\_

6. Ваш ребёнок сам хочет заниматься в ансамбле или этого хотите Вы? \_\_\_\_\_

7. Компьютер, телевизор, телефон в жизни Вашего ребёнка: \_\_\_\_\_

8. С удовольствием ли Ваш ребёнок выполняет обязанности по дому? \_\_\_\_\_

9. Доброжелательно ли относится Ваш ребёнок к своим товарищам? \_\_\_\_\_

10. Что вы ждёте для вашего ребёнка от занятий хореографией? \_\_\_\_\_

11. Особенности Вашего ребёнка (на что следует обратить внимание?): \_\_\_\_\_

12. Ваши пожелания и предложения педагогу: \_\_\_\_\_

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### **Классическая хореография – основа любого вида танца**

**Классическая хореография - это особая дисциплина, направленная на объединение приобретенных теоретических и практических знаний исполнения основных танцевальных движений, принципы их сочетания, изучение разнообразных танцевальных «па».**

**Классическая хореография - это основа, на которой держится все танцевальное искусство. Познав все его тонкости, вы сможете овладеть любым жанром, который вам по душе.**

#### **Как появилась классическая хореография?**

Танец - это одно из древнейших искусств. С незапамятных времен посредством движений тела люди выражали свои эмоции, переживания и даже общались с высшими силами.

Стоит ли говорить, что каждая из многочисленных народностей, населяющих планету, имеет свои специфические танцы, особенности которых связаны с культурными, социальными и бытовыми традициями.

**Классическая хореография вобрала в себя самые красивые, изящные и гармоничные движения, которые существовали в танцевальных культурах разных народов.**

Предшественниками современных хореографов были **танцмейстеры**, которые служили при королевском дворе. Именно они разработали те единые стандарты (своего рода "танцевальный этикет"), которыми мы руководствуемся и сегодня.

#### **Классическая хореография включает:**

работу у станка,  
физическую подготовку мышц,  
растяжку,  
упражнения на координацию движений  
выносливость.

Занятия классической хореографией с ранних лет не только способствуют гармоничному физическому развитию ребенка, тренировке вестибулярного аппарата, формированию правильной, грациозной осанки, но и воспитывает в ребенке дисциплинированность и трудолюбие, упорство в достижении поставленной цели и стремление к совершенству.

**Классическая хореография - это кропотливая работа, направленная на совершенствование ловкости, гибкости, силы и выносливости.**

#### **Основные понятия**

Классическая хореография для взрослых и детей складывается из одних и тех же элементов, но сложность и техника исполнения будут существенно отличаться. Тем не менее, основные понятия и требования остаются неизменными.

Первым и самым главным условием является хорошая **выворотность**.

Это способность разворачивать наружу бедренный сустав, что позволяет ноге и стопе, в частности, принимать основные позиции. Даже если данное свойство не дано человеку от рождения, его вполне возможно выработать путем регулярных и усердных занятий.

**Поза** - это статичная фигура, которая определяется положением корпуса, конечностей и головы танцора. В зависимости от положения относительно зрительного зала, позы могут быть открытыми или закрытыми.

К основным относят **круазе** (croisee), **эфасе** (effacee), **экарте** (ecartee) и **арабески** (arabesques).

**Позиции** - это основные положения конечностей. Если речь идет о стопах, то они, непременно, должны находиться на полу. Именно позиции определяют правильное положение тела, дарят ему грацию, а танцу - выразительность.

### **Позиции ног**

Школа классической хореографии, зачастую, начинается с развития выворотности, которая позволяет ногам принимать основные позиции.

**Их выделяют шесть:**

- первая позиция - ступни соприкасаются пятками и развернуты наружу, образуя на полу прямую линию (или угол 180 градусов);
- вторая позиция является производной от первой (ноги образуют все ту же прямую линию, но между ними образуется расстояние, равное размеру одной ступни);
- третья позиция - пятка одной ступни прижата к середине другой (при этом ноги, по прежнему, образуют угол 180 градусов);
- четвертая позиция - выворотные ноги расположены параллельно друг другу на расстоянии равном длине одной ступни;
- пятая позиция - ступни плотно прижаты друг к другу, при этом носки и пятки закрывают друг друга.
- шестая позиция - ступни расположены параллельно друг другу и перпендикулярно положению тела.

### **Позиции рук**

Плавные движения рук придают танцу красоту, нежность и выразительность. Тем не менее, чтобы добиться результата, важно знать их основные позиции, а именно:

- **подготовительная позиция** - руки опущены вниз, локти и кисти округлены;
- **первая позиция** - из подготовительной следует поднять руки, зафиксировав их перед собой на уровне диафрагмы;
- **вторая позиция** - из первой позиции следует развести руки в стороны (при этом, локоть и кисти не должны провисать, а должно оставаться легкое округление);



- **третья позиция** - из первой руки поднимают над головой.

### Основные группы движений

Достаточно сложной наукой является хореография. Классический танец требует не только физических навыков, но также теоретических знаний.

### Так, выделяют следующие основные группы движений;

- **плие** (plier) - сгибание ног в коленях;
- **этандр** (etendre) - вытягивание корпуса и конечностей;
- **релеве** (relever) - подъем на полупальцы;
- **глиссе** (glisser) - плавное скольжение стопы по полу;
- **соте** (sauter) - прыжки;
- **элансе** (elancer) - бросок ноги;
- **турне** (tourner) - поворот вокруг себя.

### Экзерсис у станка

Театр классической хореографии начинается с экзерсиса у специального балетного станка. Это комплекс упражнений, направленный на развитие опорно-двигательного аппарата.

Именно с экзерсиса начинает свое занятие любой танцор.

### Комплекс включает в себя следующие основные упражнения:

- **Plie** (плие) - плавное приседание во всех известных позициях ног (может быть половинным и глубоким), направленное на разогрев мышц и связок.
- **Battement tendu** (батман тандю) - скольжение носка по полу с напряжением всей ноги и вытягиванием подъема (разрабатывает ахилл и способствует общему развитию мышц).
- **Battement jete** (батман жете) - невысокий бросок носка, сопровождающийся резким разрывом ног и напряжением в паховой области (развитие тазобедренного сустава и голеностопа).
- **Rond de jambe par terre** (рон де жамб партер) - рабочая нога описывает круг по полу (данное упражнение способствует развитию выворотности, а также разогревает тазобедренный сустав).  
o en dehors - движения направлены вперед по отношению к опорной ноге; o en dedans - носок "рисует" круг в обратную сторону;
- **Battement fondu** (батман фондю) - плавно и пластично опорная нога опускается в положение "деми плие", а рабочая в это время сгибается в колене, прикасаясь носком к щиколотке (на подъеме колено опорной ноги вытягивается, а рабочая выпрямляется под углом 45 градусов).
- **Battement frappe** (батман фроппе) - резкое, энергичное движение, в ходе которого рабочая нога "обнимает" стопой щиколотку опорной.
- **Battement pique** (батман пике) - представляет собой резкий и невысокий отрыв ноги от пола (как будто, танцующий прикасается к горячей поверхности или же колючей иголке).
- **Battement releve lent** (батман релеве лян) - это медленный подъем ноги на высоту не менее чем 90 градусов (положение стоит на несколько секунд).

зафиксировать, после чего вернуться в исходное).

• **Grand battement jete** (гранд батман жете) - это упражнение можно считать усложненным вариантом батман жете, в ходе которого происходит резкий большой разрыв между ногами (при этом, рабочая должна подняться, как минимум, на 90 градусов).

**Стоит отметить, что упражнения делаются так называемым крестом, в ходе которого нога поочередно двигается вперед, в сторону и назад.**

При этом в самом начале обучения упражнения выполняются в элементарном базовом характере. Позже могут быть разучены более сложные комбинации, направленные на развитие пластичности и грации.

### **Классическая хореография для детей**

Пожалуй, чаще чем в любые другие секции, родители отдают своих чад в танцевальные кружки. И даже если в будущем ребенок не станет знаменитым артистом балета, эти занятия не пройдут для него даром. Польза для детей от хореографии следующая:

- выработка правильной осанки, а также ее коррекция;
- формирование мышечного корсета, который призван предохранять позвоночник от искривления;
- развитие гибкости и физической выносливости;
- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- снижение массы тела и поддержание оптимального веса;
- нормализация работы вестибулярного аппарата.

Помимо всего прочего, регулярные занятия хореографией помогают выработать красивую походку, естественную грацию и, конечно же, гармоничную фигуру (что важно как для девочек, так и для мальчиков).

Тем не менее, если имеются проблемы с сердечнососудистой системой, к тренировкам стоит относиться с осторожностью. В некоторых случаях они могут быть противопоказаны.

**Это основа хореографии. Танец представляет собой плавную попеременную смену позиций с использованием указанных базовых движений.**

Изучение элементов классического танца способствует более тонкому восприятию музыки, наполняет смыслом каждое движение танца, помогая создавать единый образ, передавать чувства в каждом движении тела.

Уроки по хореографии обогащают внутренний мир ребенка, прививают галантные манеры, формирует чувство вкуса. Классический танец всегда ассоциируется с благородством, изяществом и глубиной чувств.

Занятия классической хореографией являются базой для начинающих танцоров, а также неотъемлемой частью самосовершенствования профессионалов.

Путем многократного повторения основных движений оттачивается искусство правильной постановки рук, ног, корпуса и головы. Хореография позволяет мастерски овладеть «языком» тела, чтобы в танце точно передать состояние души.