

Государственное общеобразовательное учреждение  
«Могочинская специальная (коррекционная) школа-интернат»

|   |  |
|---|--|
| <p>ПРИНЯТО<br/>на заседании<br/>Педагогического совета школы<br/>протокол № 6 от 29.05.2020г.</p> | <p>УТВЕРЖДАЮ<br/>Директор<br/>ГООУ «Могочинской специальной<br/>(коррекционной) школы-интернат»<br/>_____<br/>Приказ № 28 от 11.06.2020г</p> |
|---|--|

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
по художественному направлению**

**“КАПРИЗ”**

**Возраст учащихся:** от 10-16 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Составитель:** Иванова А.К.  
педагог дополнительного образования

### Содержание

| Название раздела  | страницы   |
|---|------------|
| <b>I Комплекс основных характеристик программ</b>           |            |
| 1.1 Пояснительная записка.                                  | Стр. 3-6   |
| 1.2. Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы | Стр. 6     |
| 1.3. Содержание программы                                   | Стр. 6-10  |
| 1.4. Ожидаемые результаты                                   | Стр. 10    |
| <b>II. Комплекс организационно педагогических условий</b>   |            |
| 2.1. Календарно-тематический план                           | Стр. 11-30 |
| 2.2. Условия реализации программы                           | Стр. 34-35 |
| 2.3. Форма аттестации                                       | Стр. 34-36 |
| 2.4. Оценочный материал                                     | Стр. 34-36 |
| 2.5. Методическое обеспечение                               | Стр. 36-37 |
| <b>Список литературы</b>                                    | Стр. 38-39 |

## **I «Комплексе основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Танец — вид искусства, в котором художественный образ создается посредством ритмичных пластических движений и смены выразительных положений человеческого тела. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образное содержание, которой находит свое воплощение в его движениях, фигурах, композиции.

Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью человека.

В глубокой древности танцевальные жесты являлись своеобразным «языком общения». Уже в наскальных рисунках встречаются изображения пляшущих людей. Ни одно значительное событие в жизни наших предков не обходилось без ритуальных танцев – обрядов, будь то, сбор урожая, охота, свадьба, жертвоприношение и т.д. Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», «менуэты», появились первые балеты.

Социально - экономические и культурные перемены в обществе влекли за собой изменения в танцевальном искусстве. XX век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Данная дополнительная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и обеспечения духовно-нравственного, трудового воспитания учащихся, формирование культуры здорового образа жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Каприз» разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Приказ № 28 от 11.06.2020г. об утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ

### **Направленность программы**

Программа «Каприз» имеет художественную направленность.

Программа направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии;
- развитие и поддержку учащихся, проявивших интерес и определенные способности к художественному творчеству.

### **Новизна программы**

Новизна программы заключается в непрерывности и преемственности образовательного процесса в области танцевального творчества, в использовании нетрадиционных форм организации образовательного процесса: урок-сказка, урок-спектакль, видео-урок.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают учащихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность учащегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь учащимся проникнуть в мир музыки и танца.

### **Отличительная особенность программы**

Отличительная особенность данной дополнительной общеразвивающей программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, физкультуры, что способствовало рождению качественно новых практических знаний и умений.

Повсеместно используется игровой метод. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных

объяснений, при наличии специального оборудования можно организовать просмотр видео. А также, программа «Каприз» включает три уровня сложности освоения материала и организацию умного досуга учащихся.

### **Адресат программы**

**Срок реализации программы** – 1 год

1 год - 144 часа

**Возраст обучающихся** – 7 - 15 лет.

Программа предназначена для обучающихся, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий хореографией. Группы формируются по возрастному признаку. Набор детей производится в начале учебного года. Программа предполагает проведение занятий в смешанных группах, состоящих из учащихся, численностью 5-10 человек.

**Режим занятий** – 2 раза в неделю по 2 часа. Через каждые 50 минут занятия делается 10-ти минутный перерыв.

- Форма занятий групповая и индивидуальная
- форма обучения очная

### **Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования. Использование познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у учащихся творческие способности: чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, а также пробуждение в учащихся стремления интереса к музыкальному и танцевальному творчеству; приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

### **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель программы:** раскрытие творческих способностей обучающихся средствами хореографического искусства.

**Основные задачи программы:**

**Личностные:**

- воспитывать культуру общения учащихся;
- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;
- воспитывать культуру здорового образа жизни;
- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;

## Метапредметные:

- развивать у учащихся выразительность исполнения и формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;
- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;

## Предметные:

- обучать основам хореографии, ее пластически-образной природе, стилевом многообразии, её взаимосвязь с другими видами искусства;
- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально-творческой, танцевальной и исполнительской деятельности.

### 1.3 Содержание программы

#### Учебно - тематический план 1 год обучения

| № п/п    | Название тем   | Количество часов | Теория     | Практика    |
|----------|--|------------------|------------|-------------|
| <b>1</b> | Вводное занятие  | 1                | -          | -           |
| <b>2</b> | <b>Ритмика.</b>  | <b>35</b>        | <b>3</b>   | <b>32</b>   |
| 2.1      | Основы музыкальной грамоты   | 14               | 2          | 12          |
| 2.2      | Упражнения на ориентировку в пространстве                              | 5                | -          | 5           |
| 2.3      | Танцевальные движения, упражнения с предметами                         | 16               | 1          | 15          |
| <b>3</b> | <b>Гимнастика.</b>   | <b>36</b>        | <b>2,5</b> | <b>33,5</b> |
| 3.1      | Комбинирование различных видов шагов, бега                             | 6                | -          | 6           |
| 3.2      | Гимнастические упражнения, сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе | 13               | 1          | 12          |
| 3.3      | Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.                         | 13               | -          | 13          |
| 3.4      | Прыжки. Подскоки. Перескоки. Приемы правильного дыхания.               | 4                | 0,5        | 3,5         |
| <b>4</b> | <b>Сценическая практика.</b>   | <b>72</b>        | <b>-</b>   | <b>72</b>   |
| 4.1      | Подготовка учебных этюдов  | 16               | -          | 16          |
| 4.2      | Подготовка показательного выступления                                  | 23               | -          | 23          |
| 4.3      | Подготовка концертного   | 34               | -          | 34          |

|  |               |            |            |              |
|--|---------------|------------|------------|--------------|
|  | номера        |            |            |              |
|  | <b>Итого:</b> | <b>144</b> | <b>4,5</b> | <b>139,5</b> |

## Содержание занятий

### *Раздел 1: Вводное занятие*

#### *Теория:*

Проведение инструктажа по технике безопасности.

Знакомство с программой.

Постановка задач на учебный год.

Проведение тренинга на знакомство детей.

### *Раздел 2: Ритмика*

#### *2.1. Основы музыкальной грамоты.*

##### *Теория:*

Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие). Характер музыки (грустный, веселый и т.д.).

##### *Практика:*

Динамические оттенки (громко, тихо). Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4). Знакомство с длительностью звуков (ноты): целая, половинная, четвертная, восьмая. Понятия о жанрах в музыке: песня, танец, марш. Понятие «сильная доля», «затакт». Понятие «музыкальная фраза». Музыкальный темп: быстрый, медленный, умеренный. Музыкальные штрихи: легато, стаккато.

#### *2.2. Упражнения на ориентировку в пространстве.*

##### *Практика:*

Нумерация точек. Линия. Две линии. Шеренга. Колонна. Круг, полукруг. Диагональ. «Улитка». «Змейка». Круг, полукруг, два круга. Диагональ. «Улитка». «Змейка».

#### *2.3. Танцевальные движения, упражнения с предметами.*

##### *Теория:*

Упражнения с платком, лентой, с мячом, обручем.

##### *Практика:*

Шаги: маршевый шаг, шаг с пятки, шаг сценический, шаг на высоких полупальцах, шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед, переменный, мелкий с продвижением вперед (хороводный), приставной шаг с приседанием, с притопом в продвижении вперед и назад.

Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте, стремительный, «лошадки» на месте и в продвижении, «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад.

Прыжки: на месте по VI позиции, с продвижением вперед, в повороте на ¼, ½, «разножка», «поджатый».

Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки, за юбку, позиция рук 1, 2, 3.

Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная, первая позиция параллельная, вторая позиция параллельная, вторая свободная, третья.

Работа головы: наклоны и повороты.

Движения корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону, с сочетанием работы головы.

Приседания: полуприседания, полуприседания с каблучком.

Ковырялочка»: в первоначальном раскладе, в сочетании с притопами.

Па галопа: прямой, боковой.

Музыкально ритмические упражнения: притопы (простой, двойной, тройной).

Хлопки (в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером).

Изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте).

### ***Раздел 3: Гимнастика***

#### ***3.1 Комбинирование различных видов шагов, бега.***

*Практика:*

Шаги с носка по диагонали вперед и назад, по кругу. Марш с продвижением вперед, назад и в сторону.

Шаг по веревочке, на пятках, мелкий шаг на полупальцах.

Шаг с поднятием ноги от колена вперед и назад, марш в повороте на 90\*, марш на полупальцах.

Мелкий бег «мышки», кошачий бег. Координируем бег с прыжками по первой не выворотной позиции.

Бег на полупальцах. Исполнение движений в образном сходстве с различными животными.

Бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки»); бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях.

Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45\* - на месте и в продвижении. Комбинированный бег «комбинация».

#### ***3.2 Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе.***

*Теория:*

Постановка корпуса сидя на полу.

*Практика:*

Лежа на спине: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 45\* и 90\* с опусканием в исходное положение.

Лежа на спине: медленный подъем ноги на 45\* и отведение её в сторону, возвращение ноги по полу в исходное положение.

Лежа на спине: резкие броски ног в выворотном положении вперед на 90\*. Изучение упражнения «Ножницы».

Развитие координации на уроке гимнастики. Лежа на спине: подъем ноги на 90\* по 6-ой позиции с одновременным движением стопы.

Лёжа на животе: подъем корпуса с помощником, удерживающим ноги в выворотном положении на полу, «лодочка».

Лёжа на животе: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног назад в выворотном положении; резкие броски ног назад в выворотном положении.

Лежа на животе: прогиб корпуса назад с опорой на руки. Упражнение «кольцо».

Сидя на полу: упражнения для подвижности стопы. «Калачик» вперед и назад.

Сидя на полу: наклоны корпуса к ногам - «книжка».

Стойка на лопатках без поддержки, «бабочка». Упражнение на координацию: «калачик», «книжка».

Одновременное затем поочередное сокращение и вытягивание стоп по первой не выворотной позиции и в выворотном положении. Круговые движения стоп в выворотном положении. (Сидя на полу)

### *3.3 Упражнения для подвижности и гибкости корпуса. Растяжки.*

#### *Практика:*

Поочередное движение стопы – подъём пяток стоя в 6-ой позиции; подъём пятки, переход стопы на носок и обратное движение. Упражнение на координацию: движение стопы с движением рук (комбинация).

Круговые движения руками; акцентированные, резкие движения руками. Упражнение на координацию: движение рук с движением ног, стопы.

Круговые движения плечами; поочередное и одновременное поднятие и опускание плеч. Упражнение на координацию: движение плеч с шагами в различные направления (комбинация).

Медленные и быстрые наклоны корпуса в различные направления (сидя на полу, стоя в 6-ой позиции, во 2-ой не выворотной позиции). «Мостик».

Упражнения «окошко», «кольцо», «корзинка».

### *3.4 Прыжки. Подскоки. Перескоки. Приемы правильного дыхания.*

#### *Теория:*

Приемы правильного дыхания.

#### *Практика:*

Прыжки по первой прямой позиции на месте и с продвижением. Прыжки в повороте на 90\* и 360\*.

Прыжки с хлопками. Прыжки на одной ноге. Научиться исполнять «колесо».

Прыжки поочередно с хлопками. Короткие комбинации на подскоки по линиям и по кругу.

## **Раздел 4: Сценическая практика**

### *4.1. Подготовка учебных этюдов*

#### *Практика:*

«Менуэт» (произвольная композиция).

Ритмический, современный танец или народный.

Учебные танцы могут исполняться как в соответствующих костюмах, так и в рабочей форме.

### *4.2. Подготовка показательного выступления*

*Практика: танцы к мероприятиям*  
*4.3. Подготовка концертного номера*  
*Практика: танцы к мероприятиям*

#### **1.4. Ожидаемый результат**

В конце обучения при усвоении данной программы ребенок получит следующие знания, умения и навыки:

1. У детей будет воспитано чувство коллективизма, коммуникативные способности, умение общаться, умение взаимодействовать и доводить дело до конца. Воспитана культура поведения на сцене и за кулисами.

2. У воспитанников разовьется интерес к хореографическому искусству, к выступлению на концертах, желание выступать перед детьми, родителями, педагогами дома творчества.

3. Дети научатся элементарным танцевальным навыкам.

#### **В конце учебного года дети должны**

##### **Знать:**

- иметь представление о двигательных функциях тела;
- иметь простые навыки двигательной координации и памяти;
- знать понятие «ритм».
- знать понятия «вступление», «начало», «конец» хореографического предложения;

##### **Уметь:**

- уметь ориентироваться в танцевальном зале, на сцене;
- иметь навыки исполнения простых комбинаций и рисунок танца

## I I. Комплекс организационно педагогических условий

### 2.1. Календарно-тематический план

#### 1-й год обучения

#### I четверть

| № п/п | Дата | Тема   | Часы |    | Содержание занятий   | Средства обучения  | Воспитательная работа                        |
|-------|------|--|------|----|--|--------------------|--|
|       |      |  | Теор | Пр |  |                    |  |
| 1     |      | Вводное занятие  | 1    | -  | Проведение инструктажа по технике безопасности. Знакомство с программой. Постановка задач на учебный год. Проведение тренинга на знакомство детей. | Мяч, магнитофон    | Тренинг на сплочение коллектива (знакомство) |
| 2     |      | Гимнастика:<br>Комбинирование различных видов шагов, бега. | -    | 2  | Шаги с носка по диагонали вперед и назад, по кругу. Марш с продвижением вперед, назад и в сторону.   | Магнитофон, коврик |  |
|       |      | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.        | -    | 2  | «Менуэт» (произвольная композиция).  | Музыкальный центр  |  |
| 3     |      | Ритмика:<br>Основы музыкальной                             | 1    | -  | Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие).   | Магнитофон         | Сценка: «Путешествие в страну добра и        |

|   |  |  |   |   |   |                       |                                  |
|---|--|--|---|---|---|-----------------------|----------------------------------|
|   |  | грамоты  |   |   |   |                       | вежливости».                     |
| 4 |  | Гимнастика:<br>Комбинирование<br>различных видов<br>шагов, бега. | - | 1 | Шаг по веревочке, на<br>пятках, мелкий шаг на<br>полупальцах.   | Магнитофон,<br>коврик |                                  |
|   |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка учебных<br>этюдов.        | - | 2 | «Менуэт» (произвольная<br>композиция).  | Музыкальный<br>центр  |                                  |
| 5 |  | Ритмика:<br>Основы<br>музыкальной<br>грамоты                     | 1 | - | Характер музыки<br>(грустный, веселый и т.д.).<br>Динамические оттенки<br>(громко, тихо).<br>Музыкальный размер (2/4,<br>4/4, 3/4). | Музыкальный<br>цент   | Беседа о<br>культуре<br>общения. |
|   |  | Гимнастика:<br>Комбинирование<br>различных видов<br>шагов, бега. | - | 1 | Шаг с поднятием ноги от<br>колена вперед и назад,<br>марш в повороте на 90*,<br>марш на полупальцах.                                | Магнитофон,<br>коврик |                                  |
| 6 |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка учебных<br>этюдов.        | - | 2 | «Менуэт» (произвольная<br>композиция).  | Музыкальный<br>цент   | Ролевая игра:<br>«Этикет»        |

|    |  |  |   |   |  |                    |  |
|----|--|--|---|---|--|--------------------|--|
| 7  |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты                     | - | 1 | Понятие о звуке (низкие, средние, высокие).<br>Характер музыки (грустный, веселый и т.д.).   | Музыкальный цент   |  |
| 8  |  | Гимнастика:<br>Комбинирование различных видов шагов, бега. | - | 1 | Мелкий бег «мышки», кошачий бег.<br>Координируем бег с прыжками по первой не выворотной позиции.   | Магнитофон, коврик |  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.        | - | 2 | «Менуэт» (произвольная композиция).  | Музыкальный цент   |  |
| 9  |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты                     | - | 1 | Динамические оттенки (громко, тихо).<br>Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4).  | Музыкальный цент   |  |
| 10 |  | Гимнастика:<br>Комбинирование различных видов шагов, бега. | - | 1 | Бег на полупальцах.<br>Исполнение движений в образном сходстве с различными животными.<br>Бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки»); бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях. | Магнитофон, коврик |  |

|    |  |   |     |     |  |                     |                                  |
|----|--|---|-----|-----|--|---------------------|----------------------------------|
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.                                   | -   | 2   | Ритмический танец, полька на подскоках.  | Музыкальный цент    |                                  |
| 11 |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -   | 1   | Знакомство с длительностью звуков (ноты): целая, половинная, четвертная, восьмая.                                  | Музыкальный цент    | Импровизация: «Осенний марафон». |
| 12 |  | Гимнастика:<br>Комбинирование различных видов шагов, бега.                            | -   | 1   | Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45* - на месте и в продвижении. Комбинированный бег «комбинация».     | Магнитофон, коврик. |                                  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.                                   | -   | 2   | Ритмический танец, полька на подскоках.  | Музыкальный цент    |                                  |
| 13 |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -   | 1   | Знакомство с длительностью звуков (ноты): целая, половинная, четвертная, восьмая.                                  | Музыкальный цент    | Фото сессия.                     |
|    |  |   |     |     |  |                     |                                  |
| 14 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | 0,5 | 0,5 | Постановка корпуса сидя на полу. Лежа на спине: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном | Магнитофон, коврик  |                                  |

|    |  |   |     |     |   |                    |   |
|----|--|---|-----|-----|---|--------------------|---|
|    |  |   |     |     | положении на 45* и 90* с опусканием в исходное положение.   |                    |   |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.                                   | -   | 2   | Ритмический танец, полька на подскоках.   | Музыкальный цент   |   |
| 15 |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -   | 1   | Понятия о жанрах в музыке: песня, танец, марш.  | Музыкальный цент   | Подготовка: «День осенних именинников». |
|    |  |   |     |     |   |                    |   |
| 16 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | 0,5 | 0,5 | Постановка корпуса сидя на полу. Лежа на спине: медленный подъем ноги на 45* и отведение её в сторону, возвращение ноги по полу в исходное положение. | Магнитофон, коврик |   |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.                                   | -   | 2   | Ритмический танец, полька на подскоках.   | Музыкальный цент   |   |
| 17 |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -   | 2   | Понятия о жанрах в музыке: песня, танец, марш.  | Музыкальный цент   |   |

|  |  |  |    |  |  |  |  |
|--|--|--|----|--|--|--|--|
|  |  |  |    |  |  |  |  |
|  |  |  | 36 |  |  |  |  |

### II четверть

| № п/п | Дата | Тема  | Часы |    | Содержание занятий   | Средства обучения  | Воспитательная работа   |
|-------|------|---|------|----|--|--------------------|---|
|       |      |   | Теор | Пр |  |                    |   |
| 1     |      | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -    | 1  | Музыкальные штрихи: легато, стаккато.  | Мяч, магнитофон    |   |
| 2     |      | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | -    | 1  | Развитие координации на уроке гимнастики. Лежа на спине: подъем ноги на 90* по 6-ой позиции с одновременным движением стопы. | Магнитофон, коврик | «Вместе весело играть»<br>Игротека (физкультминутка, подвижные игры). |
|       |      | Сценическая практика:<br>Подготовка учебных этюдов.                                   | -    | 1  | Ритмический танец, полька на подскоках.  | Музыкальный центр  |   |
| 3     |      | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | -    | 1  | Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие).   | Магнитофон         |   |

|   |  |   |   |   |   |                    |  |
|---|--|---|---|---|---|--------------------|--|
| 4 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | - | 1 | Лёжа на животе: подъем корпуса с помощником, удерживающим ноги в выворотном положении на полу, «лодочка».   | Магнитофон, коврик |  |
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления                        | - | 1 | Танец.  | Музыкальный центр  |  |
| 5 |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | - | 1 | Характер музыки (грустный, веселый и т.д.).<br>Динамические оттенки (громко, тихо).<br>Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4).                          | Музыкальный центр  |  |
| 6 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | - | 1 | Лёжа на животе: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног назад в выворотном положении; резкие броски ног назад в выворотном положении. | Магнитофон, коврик |  |
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного                                    | - | 2 | Танец   | Музыкальный центр  |  |

|    |  |   |   |   |  |                    |   |
|----|--|---|---|---|--|--------------------|---|
|    |  | выступления   |   |   |  |                    |   |
| 7  |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | - | 1 | Понятие о звуке (низкие, средние, высокие).<br>Характер музыки (грустный, веселый и т.д.). | Музыкальный цент   |   |
| 8  |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | - | 1 | Лежа на животе: прогиб корпуса назад с опорой на руки. Упражнение «кольцо».                | Магнитофон, коврик |   |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления                        | - | 2 | Танец  | Музыкальный цент   | «Свет материнской любви»<br>Концертная программа, посвященная Дню матери. |
| 9  |  | Ритмика:<br>Основы музыкальной грамоты  | - | 1 | Динамические оттенки (громко, тихо).<br>Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4).                | Музыкальный цент   |   |
| 10 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | - | 1 | Сидя на полу: упражнения для подвижности стопы.<br>«Калачик» вперед и назад.               | Магнитофон, коврик |   |
|    |  | Сценическая   | - | 2 | Танец  | Музыкальный        |   |

|    |  |  |   |   |  |                        |   |
|----|--|--|---|---|--|------------------------|---|
|    |  | практика:<br>Подготовка<br>показательного<br>выступления                                       |   |   |  | цент                   |   |
| 11 |  | Ритмика:<br>Основы<br>музыкальной<br>грамоты   | - | 1 | Знакомство с<br>длительностью звуков<br>(ноты): целая, половинная,<br>четвертная, восьмая. | Музыкальный<br>цент    |   |
| 12 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические<br>упражнения сидя на<br>полу, лежа на спине,<br>лежа на животе. | - | 1 | Сидя на полу: наклоны<br>корпуса к ногам -<br>«книжка».                                    | Магнитофон,<br>коврик. |   |
|    |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка<br>показательного<br>выступления                        | - | 2 | Танец  | Музыкальный<br>цент    | Жизнестойкость<br>– ресурс<br>личности»<br>Тренинг -<br>упражнения. |
| 13 |  | Ритмика:<br>Упражнения на<br>ориентировку в<br>пространстве.                                   | - | 1 | Нумерация точек. Линия.<br>Две линии.  | Музыкальный<br>цент    |   |
|    |  |  |   |   |  |                        |   |
| 14 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические<br>упражнения сидя на  | - | 1 | Стойка на лопатках без<br>поддержки, «бабочка».<br>Упражнение на                           | Магнитофон,<br>коврик  |   |

|    |  |   |   |   |   |                    |  |
|----|--|---|---|---|---|--------------------|--|
|    |  | полу, лежа на спине, лежа на животе.  |   |   | координацию: «калачик», «книжка».   |                    |  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления                        | - | 2 | Танец   | Музыкальный центр  |  |
| 15 |  | Ритмика:<br>Упражнения на ориентировку в пространстве.                                | - | 1 | Шеренга. Колонна. Круг, полукруг.   | Музыкальный центр  |  |
|    |  |   |   |   |   |                    |  |
| 16 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | - | 1 | Одновременное затем поочередное сокращение и вытягивание стоп по первой не выворотной позиции и в выворотном положении. Круговые движения стоп в выворотном положении. (Сидя на полу) | Магнитофон, коврик |  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления                        | - | 2 | Танец   | Музыкальный центр  |  |

|    |  |   |           |   |   |                   |  |
|----|--|---|-----------|---|---|-------------------|--|
| 17 |  | Ритмика:<br>Упражнения на ориентировку в пространстве.                                | -         | 1 | Шеренга. Колонна. Круг, полукруг.   | Музыкальный центр |  |
| 18 |  | Гимнастика:<br>Гимнастические упражнения сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе. | -         | 1 | Одновременное затем поочередное сокращение и вытягивание стоп по первой не выворотной позиции и в выворотном положении. Круговые движения стоп в выворотном положении. (Сидя на полу) | Музыкальный центр |  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления                        | -         | 1 | Танец   | Музыкальный центр |  |
|    |  |   | <b>33</b> |   |   |                   |  |

### III четверть

| № п/п | Дата | Тема  | Часы |    | Содержание занятий         | Средства обучения | Воспитательная работа |
|-------|------|---|------|----|----------------------------|-------------------|-----------------------|
|       |      |   | Теор | Пр |                            |                   |                       |
| 1     |      | Ритмика:<br>Упражнения на ориентировку в пространстве | -    | 1  | Круг, полукруг, два круга. | Магнитофон        |                       |

|   |  |  |   |   |  |                       |   |
|---|--|--|---|---|--|-----------------------|---|
| 2 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Поочередное движение стопы – подъём пяток стоя в 6-ой позиции; подъём пятки, переход стопы на носок и обратное движение. | Магнитофон,<br>коврик | «Мы разные, но мы вместе» -<br>Тренинг.<br>Игровая программа. |
| 3 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления.            | - | 2 | танец  | Музыкальный центр     |   |
| 4 |  | Ритмика:<br>Упражнения на ориентировку в пространстве                      | - | 1 | Диагональ. «Улитка».<br>«Змейка».  | Магнитофон            |   |
| 5 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Упражнение на координацию: движение стопы с движением рук (комбинация).  | Магнитофон,<br>коврик |   |
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления             | - | 2 | танец  | Музыкальный центр     |   |

|   |  |  |   |   |  |                    |  |
|---|--|--|---|---|--|--------------------|--|
| 6 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | 1 | 1 | Упражнения с платком, лентой.<br>Шаги: маршевый шаг, шаг с пятки, шаг сценический, шаг на высоких полупальцах.                               | Музыкальный центр  | Беседа на тему: «Прекрасное и безобразное...». |
| 7 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Упражнения акробатического характера: ходьба в положении «мостик», переворот (кувырок) назад с выходом в поперечный шпагат.                  | Магнитофон, коврик |  |
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления             | - | 2 | танец  | Музыкальный центр  |  |
| 8 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | 1 | 1 | Упражнения с платком, обручем.<br>Шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед, переменный, мелки с продвижением вперед (хороводный). | Музыкальный центр  |  |
| 9 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для  | - | 1 | Круговые движения руками; акцентированные,   | Магнитофон, коврик |  |

|    |  |  |   |   |   |                    |  |
|----|--|--|---|---|---|--------------------|--|
|    |  | подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки.                               |   |   | резкие движения руками.   |                    |  |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления             | - | 2 | танец   | Музыкальный центр  |  |
| 10 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | - | 1 | Приставной шаг с приседанием, с притопом в продвижении вперед и назад.              | Музыкальный центр  |  |
| 11 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Упражнение на координацию: движение рук с движением ног, стопы.                     | Магнитофон, коврик |  |
| 12 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления             | - | 2 | «танец»   | Музыкальный центр  |  |
|    |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с                            | - | 1 | Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте, стремительный. | Музыкальный центр  | «Азбука этикета»<br>- Беседы -<br>тренинги по этикету. |

|    |  |  |   |   |   |                                       |  |
|----|--|--|---|---|---|---------------------------------------|--|
|    |  | предметами.  |   |   |   |                                       |  |
|    |  |  |   |   |   |                                       |  |
| 13 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | 1 Port de bras на 2 такта 4/4.  | Магнитофон,<br>коврик.                |  |
| 14 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                    | - | 2 | танец (произвольная композиция)   | Музыкальный цент                      |  |
|    |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Круговые движения плечами; поочередное и одновременное поднятие и опускание плеч. | Музыкальный цент                      |  |
| 15 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                    | - | 2 | танец (произвольная композиция)   | Станок,<br>музыкальное сопровождение. |  |

|    |  |   |   |   |   |                            |  |
|----|--|---|---|---|---|----------------------------|--|
|    |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.             | - | 1 | «Лошадки» на месте и в продвижении, «жете» на месте и в продвижении с выводом ного вперед и назад.  | Магнитофон, коврик         |  |
| 16 |  |   |   |   |   |                            |  |
|    |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса. Растяжки. | - | 1 | Упражнение на координацию: движение плеч с шагами в различные направления (комбинация).   | Музыкальный цент           |  |
| 17 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                 | - | 2 | танец (произвольная композиция)   | Музыкальное сопровождение. |  |
|    |  |   |   |   |   |                            |  |
|    |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса. Растяжки. | - | 1 | Медленные и быстрые наклоны корпуса в различные направления (сидя на полу, стоя в 6-ой позиции, во 2-ой не выворотной позиции). «Мостик». | Магнитофон, коврик         |  |
|    |  |   |   |   |   |                            |  |
| 18 |  | Сценическая практика:   | - | 2 | танец (произвольная композиция)   | Музыкальный цент           |  |

|    |  |  |   |   |  |                    |                           |
|----|--|--|---|---|--|--------------------|---------------------------|
|    |  | Подготовка концертного номера.   |   |   |  |                    |                           |
|    |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | - | 1 | Прыжки: на месте по VI позиции, с продвижением вперед, в повороте на $\frac{1}{4}$ , $\frac{1}{2}$ , «разножка», «поджатый».             | Музыкальный цент   |                           |
| 19 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Упражнения «окошко», «кольцо», «корзинка».   | Магнитофон, коврик |                           |
| 20 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                    | - | 2 | танец (произвольная композиция)  | Музыкальный цент   |                           |
|    |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | - | 1 | Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки, за юбку, позиция рук 1, 2, 3. | Магнитофон, коврик | «Давая дружить!» - беседа |
| 21 |  |  |   |   |  |                    |                           |

|    |  |  |           |   |  |                       |  |
|----|--|--|-----------|---|--|-----------------------|--|
|    |  | Гимнастика:<br>Упражнения для подвижности и гибкости корпуса.<br>Растяжки. | -         | 1 | Наклоны корпуса в сторону и вперед с фиксацией сидя на поперечном шпагате.   | Магнитофон,<br>коврик |  |
| 22 |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                    |           | 2 | танец (произвольная композиция)  | Магнитофон,<br>коврик |  |
|    |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.                | -         | 1 | Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки, за юбку, позиция рук 1, 2, 3. | Магнитофон,<br>коврик |  |
|    |  |  |           |   |  |                       |  |
|    |  |  | <b>43</b> |   |  |                       |  |

#### IV четверть

| № п/п | Дата | Тема   | Часы |    | Содержание занятий  | Средства обучения | Воспитательная работа |
|-------|------|--|------|----|---|-------------------|-----------------------|
|       |      |  | Теор | Пр |   |                   |                       |
| 1     |      | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами | -    | 1  | Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная, первая позиция параллельная, вторая | Магнитофон        |                       |

|   |  |  |   |   |  |                       |  |
|---|--|--|---|---|--|-----------------------|--|
|   |  |  |   |   | позиция параллельная,<br>вторая свободная, третья.   |                       |  |
| 2 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для<br>подвижности и<br>гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Наклоны корпуса в<br>сторону и вперед с<br>фиксацией сидя на<br>поперечном шпагате.<br>Растяжка у опоры (у<br>станка). | Магнитофон,<br>коврик |  |
|   |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка<br>показательного<br>выступления.         | - | 2 | танец  | Музыкальный<br>центр  |  |
| 3 |  | Ритмика:<br>Танцевальные<br>движения,<br>упражнения с<br>предметами              | - | 1 | Работа головы: наклоны и<br>повороты.  | Магнитофон            |  |
| 4 |  | Гимнастика:<br>Упражнения для<br>подвижности и<br>гибкости корпуса.<br>Растяжки. | - | 1 | Сидя на полу: прямой<br>шпагат с правой и левой<br>ноги, поперечный шпагат.  | Магнитофон,<br>коврик |  |

|   |  |   |     |     |  |                    |   |
|---|--|---|-----|-----|--|--------------------|---|
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления          | -   | 2   | танец  | Музыкальный центр  |   |
| 5 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.             | -   | 1   | Движения корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону, с сочетанием работы головы.  | Музыкальный центр  | Районный хореографический фестиваль «Аленький цветочек» |
| 6 |  | Гимнастика:<br>Прыжки. Подскоки. Перескоки. Приемы правильного дыхания. | 0,5 | 0,5 | Приемы правильного дыхания.<br>Прыжки по первой прямой позиции на месте и с продвижением. Прыжки в повороте на 90* и 360*. | Магнитофон, коврик |   |
|   |  | Сценическая практика:<br>Подготовка показательного выступления          | -   | 2   | танец  | Музыкальный центр  |   |
| 7 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.             | -   | 1   | Приседания: полуприседания, полуприседания с каблучком.  | Музыкальный центр  |   |

|    |  |  |   |   |  |                       |   |
|----|--|--|---|---|--|-----------------------|---|
| 8  |  | Гимнастика:<br>Прыжки. Подскоки.<br>Перескоки. Приемы<br>правильного<br>дыхания. | - | 1 | Прыжки по первой прямой<br>позиции на месте и с<br>продвижением. Прыжки в<br>повороте на 90* и 360*. | Магнитофон,<br>коврик |   |
|    |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка<br>показательного<br>выступления          | - | 2 | эстрадный танец  | Музыкальный<br>центр  |   |
| 9  |  | Ритмика:<br>Танцевальные<br>движения,<br>упражнения с<br>предметами.             | - | 1 | Ковырялочка»: в<br>первоначальном раскладе,<br>в сочетании с притопами.                              | Музыкальный<br>центр  | Круглый стол,<br>игровая<br>программа<br>«Сладкоежка» |
| 10 |  | Гимнастика:<br>Прыжки. Подскоки.<br>Перескоки. Приемы<br>правильного<br>дыхания. | - | 1 | Прыжки с хлопками.<br>Прыжки на одной ноге.<br>Научиться исполнять<br>«колесо».                      | Магнитофон,<br>коврик |   |
|    |  | Сценическая<br>практика:<br>Подготовка<br>показательного<br>выступления          | - | 2 | эстрадный танец  | Музыкальный<br>центр  |   |

|    |  |   |   |   |   |                            |   |
|----|--|---|---|---|---|----------------------------|---|
| 11 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.             | - | 1 | Па галопа: прямой, боковой.   | Музыкальный центр          | Участие в концертной программе посвященной Дню Победы ВОВ |
| 12 |  | Гимнастика:<br>Прыжки. Подскоки. Перескоки. Приемы правильного дыхания. | - | 1 | Прыжки поочередно с хлопками. Короткие комбинации на подскоки по линиям и по кругу.   | Магнитофон, коврик.        |   |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                 | - | 2 | Эстрадный танец   | Музыкальный центр          |   |
| 13 |  | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами.             | - | 1 | Хлопки (в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером). Изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте). | Музыкальный центр          |   |
|    |  | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.                 | - | 2 | Эстрадный танец   | Музыкальное сопровождение. |   |

|    |   |           |   |   |                            |  |
|----|---|-----------|---|---|----------------------------|--|
| 14 | Ритмика:<br>Танцевальные движения, упражнения с предметами. | -         | 1 | Музыкально ритмические упражнения: притопы (простой, двойной, тройной). | Магнитофон, коврик         |  |
|    | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.     | -         | 2 | Эстрадный танец   | Музыкальное сопровождение. |  |
|    | Сценическая практика:<br>Подготовка концертного номера.     | -         | 2 | Эстрадный танец   | Музыкальный цент           |  |
|    |   | <b>32</b> |   |   |                            |  |

## 2.2 Условия реализации программы

**1. Кадровое обеспечение:** Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

### **2. Материально-техническое обеспечение:**

Помещение, в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 – 3 кв.м. на одного человека. Техническое оснащение: компьютер, фотоаппарат, USB накопитель, диски с аудиозаписями и видеозаписями, аппаратура для музыкального сопровождения занятий (музыкальный центр), наличие хореографического класса с зеркальным оформлением стен ; наличие оборудованных раздевалок; наличие актового зала ; наличие репетиционной и концертной одежды и обуви; аппаратура для музыкального сопровождения занятий.

### **3. Информационное обеспечение:**

Специальная литература. Аудио-, видео-, фото- материалы. Интернет источники.

## 2.3 Форма аттестации

Формы аттестации: открытое занятие, концертная деятельность, творческий отчет коллектива, видео- и фото - материалы, выступления перед родителями, коллективом школы-интерната.

## 2.4. Оценка компетентности

При поступлении детей в объединение проводится стартовая диагностика в форме прослушивания, для определения уровня природного дарования и развития хореографических данных.

**Текущий контроль** практических навыков осуществляется регулярно на каждом занятии и по полугодиям через разыгрывание музыкальных и танцевальных произведений, публичные выступления.

**Итоговый контроль** - проводится в конце учебного года, где отслеживаются уровень освоения образовательной программы, динамика усвоения практических навыков, техника танца.

**Уровень освоения** воспитанниками образовательной программы:

выше 80% - высокий уровень;

от 60% до 80% - достаточный уровень;

от 40% до 60% - средний уровень;

ниже 40% - низкий уровень.

### **Диагностика результатов и контроль реализации образовательной программы:**

- с комплексом контрольных заданий и упражнений;
- опрос - беседы по терминологии курса;
- участие в разработке и реализации социально-значимых проектах;
- проведение отчётного концерта;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня.

Результаты оцениваются по единой десятибалльной системе:

- 1 б. – отсутствие знаний и умений по данной теме;
- 2-3 б. – практическое задание не выполнено;
- 4-5 б. – допущено много ошибок при выполнении практического задания;
- 6 б. – с некоторыми практическими заданиями не справился;
- 7 б. – практическое задание выполнил, но несколько раз обращался за помощью к педагогу;
- 8 б. – практическое задание выполнил, есть маленький недочёт;
- 9 б. – выполнил всё задание без ошибок;
- 10 б. – выполнил всё задание без ошибок, проявил творческий подход к заданию.

**Вывод:** показателями результативности деятельности педагога дополнительного образования по хореографии – руководителя детского объединения являются:

- о успешное освоение воспитанниками образовательной программы;
- о увлечённое отношение воспитанников к избранной деятельности;
- о активное участие в концертных программах, достижения коллектива на различных конкурсах и фестивалях детского творчества;

## **2.5. Методическое обеспечение**

### **Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:**

1. По способу организации занятия:

- словесные – устное объяснений элементов, беседа, диалог, опрос;
- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом комбинаций;
- практические – выполнение упражнений обучающимися.

2. По уровню деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;
- репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

3. По форме организации деятельности учащихся:

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

### **Используемые дидактические материалы:**

- Учебные и методические пособия;
- Материалы интернет-сайтов;
- Иллюстрирующие материалы (видеоматериалы и фотографии).

При проведении занятия необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;
- важно следить за дыханием и самочувствием обучающихся.

Основные методы работы педагога на занятии – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных обучающихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация программы подразумевает участие учащихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, родительских собраниях-концертах), фестивалях и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей, творческих встреч с мастерами хореографического искусства

### **Форма занятия**

Групповые и индивидуальные занятия, со всей группой одновременно и с участием конкретного представления для отработки движений и рисунка постановки танца

- основные формы занятий: тематические, комбинированные, репетиционные занятия, концерты, соревновательные и игровые занятия, экскурсии, конкурсы, путешествия, лекции, тематические программы, праздники, видео и мультимедиа занятия;
- основной формой учебного процесса в танцевальном коллективе остаются занятия: репетиционные, коллективные занятия, на которых учащиеся практически осваивают и закрепляют необходимые знания и навыки, а также индивидуальное общение педагога и учащихся коллектива

### **Каждое занятие строится по схеме:**

1. Мотивирование (самоопределение) к учебной деятельности (1-2 мин)
2. Актуализация знаний и фиксирование индивидуального затруднения в пробном учебном действии (4-5 мин)
3. Выявление места и причины затруднения, постановка цели деятельности (4-5 мин)
4. Построение проекта выхода из затруднения (открытие нового знания), (7-8 мин).
5. Реализация построенного проекта (4-5 мин)
6. Первичное закрепление (4-5 мин)
7. Самостоятельная работа с самопроверкой по образцу (4-5 мин)
8. Включение в систему знаний и повторение (7-8 мин)
9. Рефлексия (итог занятия) (2-3 мин)

## Список литературы

### ДЛЯ ПЕДАГОГА:

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2005г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2005г
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2008г.
4. Джозеф С.Хавилер «Тело танцора» 2013г.
5. Захаров Р.Искусствовед балетмейстера.- М.: Искусство, 2005г.
6. Захаров Р.Сочинение танца.- М.: Искусство, 2008г.
7. Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2006.
8. Левинов А. «Мастер балета» 2013г.
9. Мессерер А. Танец. Мысль. Время.- М.: Искусство, 2007г.
10. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 2009
11. Петровский Е.Н. Культурное наследие. - М., 2007.
- 12.Секрет танца. – СПб: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век»,2008.
- 13.Сломский Ю. Дидло. – Л.-м.: Искусство, 2008г.
- 14.Советские балеты: Крат. Содержание. – М.: Сов. Композитор, 2005г.
- 15.Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 2007г.
- 16.Хочу танцевать: Метод. Пособие. – М.: Махаон, 2006г.
- 17.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2010г.
- 18.Эльшин Н. Образы Танца. – М.: Знание, 2013г.

### ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Аркина Н. Балет и литература.- М.; Знание, 2005г.
2. Ваганова А. Основы классического танца.- М.:
3. Вашкевич А. «История хореографии» 2012г:
4. Карп П.Младшая муза. – М.: Дет. лит., 2006
5. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М.,2005. – («Я вхожу в мир искусств»; № 5)
6. Пасютинская В. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М.: Просвещение, 2005.
7. Поиграем, потанцуем: Упражнение для детей дошкольного возраста. – СПб: АКЦИДЕНТ, 2007.
8. Правила внутреннего распорядка для обучающихся.
9. Столярова А.А. «Тридцать четыре куклы», Куклы для детей и взрослых,
- 10.Страна волшебная – балет: Очерки. – М.: Дет. лит., 2007.
- 11.Лэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев.- М.«Артис».2008
- 12.Спиридонова И.А. Сюжетные танцы. - М., «Советская Россия»,2010.
- 13.Уральская В.И. «Рождения танца»2013г.
- 14.Филатов И. Д. Дорога к танцу.- М., «Планета», 2009.
- 15.Пин Ю.С.Пересмотренная техника латиноамериканских танцев.-С.-Пб., «Rest»,2009.

16.Рубштейн Нина. Закон успешной тренировки. - М., «Один из лучших»,2008.

17.Рубштейн Нина. Что нужно знать, чтобы стать первым. - М., «Маренго Интернейшнл принт»,2009.



## «Диагностика развития в хореографии»

Диагностические материалы 1-го года обучения  
к дополнительной образовательной программе  
«Каприз»

Представленные диагностические материалы являются обобщённым результатом практического использования диагностики в творческом объединении хореографический ансамбль «Дебют», работающего по дополнительной образовательной программе «Хореографическая школа». Универсальность разработанных диагностических материалов состоит в том, что любой педагог может использовать их как в полном объёме, так и выборочно блоками (по своему усмотрению), менять отдельные компоненты и корректировать содержание, использовать как отправной вариант («схему-шаблон») в зависимости от поставленных целей и задач.

### Определение направлений диагностики по хореографии

Для достижения высокого уровня освоения дополнительной образовательной программы всеми детьми, необходима четкая организация образовательно-воспитательного процесса, одной из составляющих которого является *диагностика уровня освоения дополнительной образовательной программы и индивидуального развития ребенка.*

*Актуальность* диагностики заложена в необходимости отслеживания результатов на всех этапах обучения и воспитания, которые играют существенную роль в обеспечении и повышении качества образования, в формировании и развитии двигательных и творческих способностей детей.

Таким образом, **целью** диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития обучающихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

**Задачами** диагностики являются оперативное и своевременное выявление пробелов в учебном процессе, определение форм коррекционной работы.

В ходе диагностики по дополнительной образовательной программе «Хореографическая школа» отслеживаются показатели:

- **физического развития:** выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений.
- **творческого развития:** музыкальный слух, эмоциональность, воображение.
- **личностного развития:** культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки.
- **уровня освоения дополнительной образовательной программы:** теоретические знания по основным разделам программы, владение специальной терминологией, практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной образовательной программой.

### **Определение уровня индивидуального развития**

Степень выраженности каждого показателя выявляется по трем уровням:

- *оптимальный* (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы);
- *хороший* (полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);
- *допустимый* (освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

Критерии оценки уровня знаний, умений обучающихся, динамики физического и творческого развития разработаны к каждому диагностическому материалу.

### **Формы диагностики**

Диагностика не должна быть обременительной для любого возраста, но именно для младших школьников она должна стать праздником их трудолюбия и прилежания. Эффективными формами организации диагностики индивидуального развития ребенка, занимающегося хореографией, может являться как групповая, так и индивидуальная деятельность. Проследить физическое, творческое, личностное развитие ребенка и уровень освоения программы позволяют:

- *занятия в форме игр.* Благодаря игре индивидуальность ребенка находит выражение в коллективном творчестве;
- *занятия, основанные на нетрадиционной организации учебного процесса* (конкурс, занятие-концерт, час вопросов и ответов, др.); а так же тестирование, общественный смотр знаний (открытый урок).

Процесс проведения диагностики должен носить творческий характер, быть интересным и комфортным для каждого ребёнка, создавая атмосферу сотворчества и сотрудничества между педагогом и детьми.

Основными *методами диагностики* по дополнительной образовательной программе «Хореографическая школа» является *наблюдение* за детьми в процессе движения под музыку и без музыки, в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий, *педагогический анализ, обобщение* и ведение мониторинга на основе полученных данных.

В данной работе рассматривается диагностика на начальном этапе обучения по программе – 1 года обучения. Представленные диагностические материалы являются обобщённым результатом практического использования диагностики в творческом объединении хореографический ансамбль, работающего по дополнительной образовательной программе «Каприз». Универсальность разработанных диагностических материалов состоит в том, что любой педагог может использовать их как в полном объёме, так и выборочно блоками (по своему усмотрению), менять отдельные компоненты и корректировать содержание, использовать как отправной вариант («схему-шаблон») в зависимости от поставленных целей и задач.

### **Диагностика развития обучающихся**

| <b>Этапы диагностики</b>                                      | <b>Форма диагностики 1 г.о.</b>   |
|---|---|
| Вводная   | Тест «Уровень физических данных» - Приложение 1<br>Тест «Уровень творческого развития» - Приложение 1<br>Тест «Моё тело» - Приложение 1 |
| Промежуточная   | Занятие-превращение «Образ в движениях» Приложение 2  |
| Итоговая  | Открытое занятие «Мир танца». Приложение 3  |
| <b>Тематическая диагностика</b>                               |   |
| <b>Раздел</b>   |   |
| Музыка и ритм.<br>Музыкальные игры.                           | Игра «Волшебный конверт»<br><br>Приложение 4  |
| Основные фигуры в пространстве.<br>Ориентация в пространстве. | Путешествие по маршруту<br>«Ожившие игрушки»<br><br>Приложение 5  |
| Танцевальные движения.<br>Партерная гимнастика.               | Тест «Возможности моего тела»<br><br>Приложение 6   |
| Этюды, танцы.   | Открытое занятие (в конце года):<br>этюды, танцевальные композиции  |

|                                      |  |              |
|--------------------------------------|--|--------------|
| Классический танец<br>Народный танец | «Час вопросов и ответов» - кроссворд<br>Открытое занятие: показ знаний, умений<br>и навыков исполнения | Приложение 7 |
|--------------------------------------|--|--------------|

### Фиксация результатов индивидуального развития ребенка

Набор детей в группы происходит без специального отбора, по медицинской справке о состоянии здоровья. При поступлении в объединение дети проходят индивидуальное тестирование физического и творческого развития для выявления уровня подготовленности к изучению дополнительной образовательной программы «Каприз». Это и есть отправная точка для построения педагогического процесса.

Полученные результаты по каждому разделу фиксируются в карте оценивания. Далее результаты каждого этапа диагностики вносятся в таблицу.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ

| № | Ф.И.О. обуч-ся | Вводная диагностика |                     |                            | Промежуточная диагностика |                     |                            | Итоговая диагностика |                     |                            | Полученный результат |
|---|----------------|---------------------|---------------------|----------------------------|---------------------------|---------------------|----------------------------|----------------------|---------------------|----------------------------|----------------------|
|   |                | Физическое развитие | Творческое развитие | Уровень освоения программы | Физическое развитие       | Творческое развитие | Уровень освоения программы | Физическое развитие  | Творческое развитие | Уровень освоения программы |                      |
|   |                |                     |                     |                            |                           |                     |                            |                      |                     |                            |                      |

Диагностика позволяет:

- получить информацию педагогу:
  - а) о результатах работы каждого обучающегося в отдельности и группы обучающихся в целом;
  - б) о результатах своей работы (узнать, насколько эффективны приемы обучения, определить неудачи в работе, что позволяет внести изменения в программу обучения);
- обучающимся:
  - а) повысить мотивацию в обучении;
  - б) более прилежно заниматься, вносить коррективы в свою творческую деятельность.

### Список использованной литературы

1. Базарова, Н. Классический танец: учебно-методическое пособие/ Н.Базарова. - М.: «Искусство», 1975. – 262 с.

2. Барышникова, Т. Азбука хореографии - М.: «Рольф», 1999. – 272 с.
3. Богаткова, И.Н. Танцы для детей - М.: «Искусство», 1959.
4. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведений» Киев «Муз. Украина» 1981
5. Ваганова, А.Я. Основы классического танца - Л., 1963.
6. Зацепина К. и др., Народно-сценический танец. – М., 1996г. – с. 222.
7. Киселев, М. Современный ребенок и эстетическое воспитание Педагогика. - 1994. - №8. – С. 7-14.
8. Климов А., Основы русского народного танца. – М., 1994г. – с.318.
9. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей младшего и дошкольного возраста (часть 2). – М., Владос, 2001г. – с.74.
10. Лисицкая, Т.С. Аэробика на все вкусы - М.: Просвещение, 1994.
11. Методическая разработка «Возрастные особенности участников хореографического кол-ва» Самара
12. Общая психология : учебн. пособие/ Под ред. В.В. Богословской, А.Т. Ковалева, А. М. Степанова .- М.: Просвещение», 1981.

*Интернет – ресурсы:*

1. <http://balletpro.narod.ru/school.html>
2. <http://studentsrl.ru/page508.html>
3. <http://a-pesni.org/baby/poesia/berestov.php>
4. <http://www.moi-detsad.ru/zanatia1024.html>
5. <http://baby-days.ru/vospitanie-i-razvitie/xoreografiya-dlya-detei.html>
6. <http://www.horeograf.com/>

## Диагностические материалы 1 года обучения

### Вводная диагностика

Данное тестирование проводится при приеме ребенка в объединение. Перед тестированием необходимо выполнить комплекс упражнений для разогрева суставно-связочного аппарата, прыжки и гимнастические упражнения на середине зала.

Цель: выявление уровня физического, музыкального и эмоционального развития ребенка.

Задачи: выявить уровень развития специальных физических данных: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкальный слух и уровень творческого развития. На основе полученных данных начать ведение тетради достижений.

Форма диагностики: индивидуальное тестирование.

#### **Тест «Моё тело».**

Показать на плакате и на себе где находится:

- позвоночник;
- кисть;
- колено;
- локоть;
- стопа.



#### **Тест «Уровень физических данных» (физическое развитие)**

##### 1. Выворотность ног.

Поставить ребенка к станку в I позицию. Попросить глубоко присесть, отрывая постепенно пятки так, чтобы бедра как можно больше раскрылись в стороны. Обратит внимание: легко или с трудом он это делает.

##### 2. Подъем стопы.

Попросить ребенка из I позиции выдвинуть ногу в сторону, колено выпрямить. Осторожными усилиями рук проверить эластичность и гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму.

##### 3. Балетный шаг.

Ребенок становится боком к станку, держась за него одной рукой. Из I позиции работающую ногу, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъемом поднимают в сторону, до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. Норма выше 90 градусов.

##### 4. Гибкость тела.

Ребенка поставить так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно подстраховать, придерживая за руки. При прогибе вперед ребенок должен медленно наклонить корпус, сильно вытянув позвоночник, стараясь достать животом, грудью и головой ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног. При хорошей гибкости корпус обычно свободно наклоняется вперед.

##### 5. Прыжок.

Проверяется высота прыжка в свободном положении ног с предварительным коротким приседанием. Прыжки выполняются несколько раз подряд.

##### 6. Координация движений.

Попросить ребенка повторить несложную комбинацию 2-3 движений.

#### **Тест «Уровень творческого развития»**

#### **Музыкальный слух.**

Игра «Повторяй за мной». Попросить ребенка повторить ритмический рисунок за педагогом. Педагог молча хлопает в ладоши какой-нибудь ритм, примерно 5-7 секунд, ребенок старается воспроизвести этот ритм как можно точнее, выдерживая все паузы и длительность. Повторить так 5раз, постепенно усложняя рисунок.

**Эмоциональность.**

Игра «Попробуй, повтори». Предложить ребенку рассмотреть изображение и повторить эмоциональное состояние.

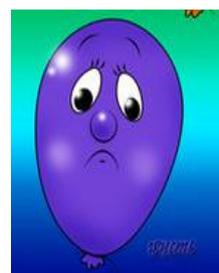
Радость

Недовольство

Злость

Грусть

Усталость



**Воображение.**

Игра «Расскажи без слов». Предложить ребенку «рассказать» стихотворение «Идет бычок качается» без слов. Уточнить у ребенка, требуется ли время для подготовки.

**Оценочный лист обучающегося**

Вводная диагностика

1 год обучения

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

| Задания                    | Уровень     |         |            | примечание |
|----------------------------|-------------|---------|------------|------------|
|                            | оптимальный | хороший | допустимый |            |
| «Моё тело»                 |             |         |            |            |
| <b>Физическое развитие</b> |             |         |            |            |
| Выворотность ног           |             |         |            |            |
| Подъем стопы               |             |         |            |            |
| Балетный шаг               |             |         |            |            |
| Гибкость тела              |             |         |            |            |
| Прыжок                     |             |         |            |            |
| Координация движений       |             |         |            |            |
| <b>Творческое развитие</b> |             |         |            |            |
| Музыкальный слух           |             |         |            |            |
| Эмоциональность            |             |         |            |            |
| Воображение                |             |         |            |            |

**Всего баллов:** \_\_\_\_\_

## Критерии оценки

*Оптимальный уровень (3 балла):*

- четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа);
- имеет природную выворотность ног;
- подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму;
- балетный шаг выше 90 градусов;
- легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию;
- безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок;
- без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики;
- не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен. Допускается 10 минут на подготовку.

Найденное решение соответствует поставленной задаче, выдает полностью самостоятельный творческий продукт.

*Хороший уровень (2 балла):*

- знает названия частей тела,
- легко стоит в 1 полувыворотной позиции;
- может натянуть стопу;
- балетный шаг 70 – 80 градусов;
- прыжок с приземлением на полупальцы;
- выполняет упражнение на координацию со второй попытки;
- безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка;
- повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний;
- выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен.

*Допустимый уровень (1 балл):*

- не знает названия частей тела;
- не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции;
- слабая стопа;
- балетный шаг ниже 70 градусов;
- прыжок низкий с приземлением на всю стопу;
- выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток;
- неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки.
- выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность;
- для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: малоэмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации.

### **Оценка уровня физических данных и творческого развития обучающихся**

Оптимальный уровень – более 28 баллов

Хороший уровень-18 – 27 баллов

Допустимый уровень – до 17 баллов

**Промежуточная диагностика  
Занятие-превращение «Образ в движениях»**

*Цель:* проверить уровень знаний и умений обучающихся за полугодие, динамику физического и творческого развития. (Физическое развитие оценивается через наблюдение в ходе занятия).

*Задачи:* формировать навыки перевоплощения, развивать творческую фантазию, воспитывать отзывчивость.

*Форма диагностики:* занятие превращение

*Оборудование:* музыкальное сопровождение – фортепиано, музыкальный центр, CD-диски с записанной фонограммой, конверт с письмом.

**Методические рекомендации по подготовке и проведению занятия**

Для того, чтобы он состоялся, необходимо провести подготовительную работу:

1. *Выучить и отрепетировать* танцевальные комбинации
2. *Подготовить* необходимые атрибуты и музыкальный материал, соответствующий возрасту и тематике заданных упражнений.
3. *Подготовить* технические средства.



**Ход:**

*Педагог:* Ребята, перед тем, как мы начнем занятие, я бы хотела вам сообщить, что сегодня утром в танцевальный класс прилетело письмо. Оно для вас. Сейчас мы его откроем и прочитаем.

« Здравствуйте, ребята! Пишут вам сказочные герои из разных сказок. Нас заколдовал злой волшебник, и теперь мы не можем танцевать. Злые чары развеются, как только вы изобразите нас в танце. Вы занимаетесь танцами! Помогите нам, пожалуйста!».

Ну, что же ребята, поможем?

Для того чтобы узнать кому нужна помощь, вы должны разгадать загадку

Платья носит, есть не просит, всегда послушна, и с ней не скучно? (кукла).

Правильно – это кукла.

*Звучит музыкальное произведение «Ожившая кукла» (по ниточке, по ниточке ходить я не желаю!). Дети танцуют, изображая кукол. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Но кукла бывает не только деревянная или пластмассовая, еще бывают тряпичные куклы.

*Звучит музыкальное произведение «Новая кукла». Дети танцуют, изображая тряпичных кукол. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Чик-чирик! К зернышкам прыг! Клюй, не робей! Кто это? Воробей.

*Звучит музыкальное сопровождение - «Воробей» дети, танцуют, изображая воробья. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Ем я уголь, пью я воду, Как напьюсь – прибавлю ходу.

*Везу обоз на сто колес и называюсь... (Паровоз)*

*Звучит музыкальное сопровождение «Паровозик». Дети изображают движение поезда, перемещаясь в заданном направлении (по кругу) имитационными движениями. Оценивается координация движений, подъем стопы, музыкальный слух, артистизм, дыхание при движении, знание танцевальных этюдов.*

*Педагог:* Даже по железной крыше ходит тихо, тише мышки.

На охоту ночью выйдет и, как днем, она все видит.

Часто спит, а после сна умывается она (кошка).

*Дети изображают кошку под музыкальное сопровождение «Котенок». Оценивается выворотность ног, балетный шаг, гибкость тела, координация движений, подъем стопы, музыкальный слух, артистизм, дыхание при движении, фантазия, эмоциональность.*

Стихи С.В.Михалкова, которые читает педагог, становятся основой дальнейшей танцевальной игры – превращения.

*Педагог:*

Зимой и летом круглый год журчит в лесу родник.

В лесной сторожке здесь живет Иван Кузьмич – лесник.

Стоит сосновый новый дом: крыльцо, балкон, чердак.

Как – будто, мы в лесу живем, мы поиграем так.

*Под музыкальное сопровождение дети изображают прогулку по лесу.*

*Оценивается фантазия, музыкальный слух, ориентация в пространстве.*

*Педагог:* Пастух в лесу трубит в рожок, пугается русак,

Сейчас он сделает прыжок...

*Дети отвечают вместе:* мы тоже можем так!

*(дети выполняют комбинацию, в основе которой движения, имитирующие пляску испуганного зайца). Оценивается прыжок, координация движений, музыкальный слух, артистизм, фантазия.*

*Педагог:* Чтоб стать похожим на орла и напугать собак,

Петух расправил 2 крыла...

*Дети:* мы тоже можем так!

*(выполняют танцевальный этюд «Петушок»). Оценивается подъем стопы, координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов.*

*Педагог:* Сначала шагом, а потом, сменяя бег на шаг,

Конь по мосту идет шажком...

*Дети:* мы тоже можем так!

*(выполняют танцевальный этюд «Лошадка») Оценивается подъем стопы, координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов, дыхание при движении.*

*Педагог:* Идет медведь, шумит в кустах, спускается в овраг,

На 2 ногах, на 2 руках...

*Дети:* мы тоже можем так!

*(исполняют танцевальный этюд «Медведь») Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов, дыхание при движении.*

*Педагог:* Ну, что ж, ребята, потанцевали на славу. Кого мы сегодня спасли? *(ответ детей).* Злые чары развеялись, мы выручили из беды сказочных героев и сами получили массу удовольствия

### Оценочный лист

Промежуточная диагностика

1 год обучения

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

|  | Уровень     |         |            | примечание |
|--|-------------|---------|------------|------------|
|  | Оптимальный | Хороший | Допустимый |            |
|  |             |         |            |            |

|                                   | 3 балла | 2 балла | 1 балл |  |
|-----------------------------------|---------|---------|--------|--|
| <b>Физическое развитие</b>        |         |         |        |  |
| Выворотность ног                  |         |         |        |  |
| Подъем стопы                      |         |         |        |  |
| Балетный шаг                      |         |         |        |  |
| Гибкость тела                     |         |         |        |  |
| Прыжок                            |         |         |        |  |
| Координация движений              |         |         |        |  |
| <b>Творческое развитие</b>        |         |         |        |  |
| Музыкальный слух                  |         |         |        |  |
| Эмоциональность                   |         |         |        |  |
| Воображение                       |         |         |        |  |
| Личностные качества               |         |         |        |  |
| <b>Уровень освоения программы</b> |         |         |        |  |
| Ориентация в пространстве         |         |         |        |  |
| Дыхание во время движения.        |         |         |        |  |
| Танцевальные этюды                |         |         |        |  |

**Всего баллов** \_\_\_\_\_

### Критерии оценки

*Оптимальный уровень (3 балла):*

- ярко выражено развитие специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- ярко выраженный рост некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно и оригинально;
- легко перевоплощается, эмоционален;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

*Хороший уровень (2 балла):*

- развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- нет роста некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- эмоционален, вживается в образ;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- перевоплощается, повторяя движения за кем-либо;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

*Допустимый уровень (1 балл):*

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален;
- не импровизирует, имитационные движения носят репродуктивный характер;
- в коллективном исполнении допускает более 2 ошибок;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

**Оценка уровня знаний, умений обучающихся.**

*Оптимальный уровень:* более 30 баллов

*Хороший уровень:* 20 -30 баллов

*Допустимый уровень:* до 19баллов

**Итоговая диагностика**  
**Открытое занятие «Мир танца»**

*Цель:* проверить уровень усвоения знаний, умений обучающихся, динамику физического и творческого развития.

*Задачи:* развивать двигательную память, фантазию, логическое мышление, формировать коллективные отношения.

*Форма диагностики:* общественный смотр знаний.

*Оборудование:* музыкальный центр, CD диск с записью музыкального материала, цветные ленточки ( по 50см.:зелёные, желтые, синие) и цветные шары по количеству детей.

**Методические рекомендации по подготовке и проведению занятия**

Для того, чтобы он состоялся, необходимо провести подготовительную работу:

1. *Выучить и отрепетировать* танцевальные комбинации
2. *Подготовить* музыкальное сопровождение занятия.
3. *Подготовить* и раздать пригласительные для родителей обучающихся.
54. *Подготовить* технические средства.



**Ход:**

В зале находятся зрители: родители обучающихся, участники других групп объединения и т.д.

| Этапы занятия         | Содержание   | Примечание<br>Что отслеживается                                       |
|-----------------------|--|---|
| <b>Вводная часть</b>  | <p>Дети входят в зал под музыкальное сопровождение на свои места. Поклон.</p> <p>Педагог: Ребята, перед тем как мы начнем занятие, выберите, пожалуйста, ленточку цвета своего настроения: зелёный – отличное, желтый – немного тревожное (вдруг, что-то не получится), синий – плохое. А теперь вашим настроением украсим зал. Для этого подойдите к своему месту у станка закрепите ленточку. <i>(Закрепив ленточку, дети возвращаются на место)</i></p> |   |
| <b>Основная часть</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Круговая разминка</li> <li>• Разминка на середине зала</li> </ul> <p><i>Экзерсис у станка (раздел классического танца): (перед выполнением каждой комбинации педагог просит дать определение термину и объяснить значимость данного упражнения у станка)</i></p>  | <p>ЗУН по данной части занятия</p> <p>ЗУН по данной части занятия</p> |

|                                    |  |   |
|------------------------------------|--|---|
| <p><b>Заключительная часть</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Комбинация pliereleve</li> <li>• комбинация battement tendus</li> <li>• комбинация battement tendusjete</li> <li>• комбинацияrond de jambe par terre</li> <li>• battement relevelents</li> <li>• grand battement jete</li> <li>• port de bras</li> <li>• растяжка мышц</li> </ul> <p><b><i>allegro на середине (раздел классического танца):</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cote</li> <li>• эшапэ</li> </ul> <p><b><i>партерная гимнастика</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• комплекс упражнений на полу</li> </ul> <p><b><i>движения по диагонали (раздел народного танца):</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Виды ходьбы: быстрая и медленная.</li> <li>• Виды бега: легкий, широкий.</li> </ul> <p><b><i>музыка и ритм. танцевальные движения</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Музыкальная игра «День рождение»</li> <li>• Комбинация танцевальных элементов русского танца</li> </ul> <p><b><i>упражнение на совершенствование двигательных навыков</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «Сапожки»</li> <li>• Упражнение «Художники»</li> </ul> <p><b><i>этюды, танцы</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Показ этюда, танцевальной композиции</li> </ul> <p>Предложить обучающимся изобразить эмоциональные состояния: радость, боязнь, стеснительность, грусть, злоба, обида, смех, усталость.</p> <p>Затем изобразить свое настроение на данный момент: выбрать цвет шарика по настроению: зелёный – отличное, желтый – тревожное, синий – плохое.</p> <p><i>(Методические пояснения: Педагогом через наблюдение оценивается и сравнивается настроение детей до и после занятия.</i></p> <p><i>если у кого-то из детей настроение изменилось в худшую сторону, необходимо выяснить причину, приободрить, похвалить ребенка за наиболее удачно выполненную комбинацию. Зелёные шары у всех детей являются лучшей оценкой за проведенное занятие.)</i></p> <p>Поклон</p> | <p>Координация движений<br/>Музыкальный слух<br/>Выворотность<br/>Подъем стопы<br/>Балетный шаг</p> <p>Прыжок</p> <p>Физические данные</p> <p>Ориентации в пространстве;<br/>навыки исполнительской деятельности;</p> <p>Техника движения и выразительность</p> <p>Навыки образного мышления<br/>Воображение<br/>Эмоциональность<br/>Танцевальность исполнения</p> <p>Воображение<br/>Эмоциональность</p> |
|------------------------------------|--|---|

**Оценочный лист**  
Итоговая диагностика

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

|   | Уровень                |                    |                      | примечание |
|---|------------------------|--------------------|----------------------|------------|
|   | Оптимальный<br>3 балла | Хороший<br>2 балла | Допустимый<br>1 балл |            |
| <b>Физическое развитие</b>                                  |                        |                    |                      |            |
| Выворотность ног  |                        |                    |                      |            |
| Подъем стопы  |                        |                    |                      |            |
| Балетный шаг  |                        |                    |                      |            |
| Гибкость тела   |                        |                    |                      |            |
| Прыжок  |                        |                    |                      |            |
| Координация движений  |                        |                    |                      |            |
| <b>Творческое развитие</b>                                  |                        |                    |                      |            |
| Музыкальный слух  |                        |                    |                      |            |
| Эмоциональность   |                        |                    |                      |            |
| Воображение   |                        |                    |                      |            |
| Личностные качества   |                        |                    |                      |            |
| <b>Уровень освоения программы</b>                           |                        |                    |                      |            |
| Ориентация в пространстве                                   |                        |                    |                      |            |
| Теоретические и практические знания по народному танцу.     |                        |                    |                      |            |
| Теоретические и практические знания по классическому танцу. |                        |                    |                      |            |
| Танцевальные этюды  |                        |                    |                      |            |

Всего баллов \_\_\_\_\_

### Критерии оценки

#### *Оптимальный уровень (3 балла):*

- ярко выражено развитие специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам промежуточной диагностики);
- максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок), выполняя круговую разминку;
- ярко выраженное развитие гибкости тела;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;
- соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;
- движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления;
- эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций;
- легко перевоплощается в образ; движения выполняет оригинально;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- владеет теоретическими и практическими знаниями экзерсиса полностью.

#### *Хороший уровень (2 балла):*

- развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам промежуточной диагностики);
- использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) не в полной мере (для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития по результатам промежуточной диагностики);

- наблюдается развитие гибкости тела;
- допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упраж.на координацию;
- верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног;
- движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится;
- малоэмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности исполнения;
- перевоплощается в образ; движения выполняет музыкально, но без ориги-ти;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- владеет теоретическими и практическими знаниями экзерсиса, но путается.

*Допустимый уровень (1 балл):*

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален; стеснителен;
- с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми;
- начинает движение с вступления;
- часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног;
- в коллективном исполнении путается, допускает ошибки;
- плохо ориентируется в зале;
- теоретическими и практическими знаниями экзерсиса не владеет.

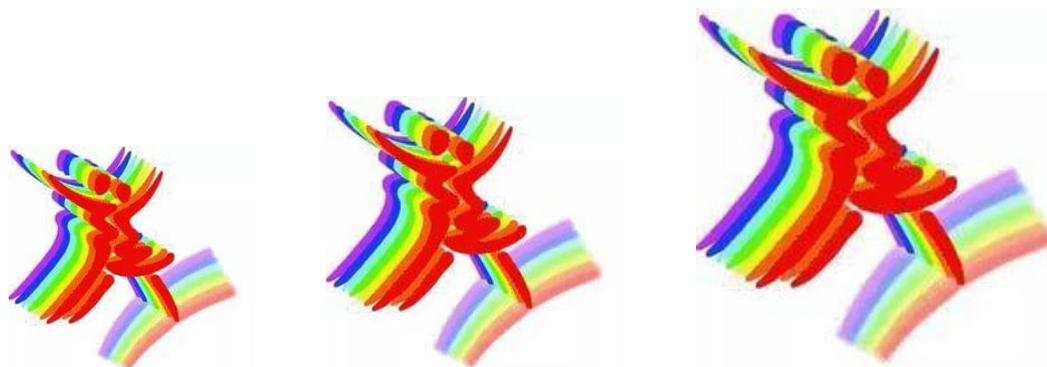
**Оценка уровня знаний, умений обучающихся.**

*Оптимальный уровень:* более 30 баллов

*Хороший уровень:* 19 -30 баллов

*Допустимый уровень:* до 18 баллов

**Игра «Волшебный конверт»  
(раздел «Музыка и ритм. Музыкальные игры.»)**



*1 год обучения.*

В ярком конверте лежат несколько маленьких свёрнутых листочков бумаги с заданиями. Обучающиеся по очереди вытягивают из конверта задание и сразу же его выполняют. Если у кого-то из обучающихся есть дополнения к ответу другого ребенка, то его обязательно выслушивают. Одно и то же задание может быть написано 2-3 раза. Игра продолжается до тех пор, пока конверт не останется пустым.

***Задания в конверте:***

1. Начни движение по залу после вступления.
2. Определи темп музыкального произведения. Двигайся в заданном темпе.
3. Бабочка. Заяц. Медведь. Под звучащий аккомпанемент определи, кто может двигаться под данную музыку из вышеперечисленных животных и изобрази его в танце.
4. Проанализируй музыкальное произведение (характер, темп, форте или пиано, аллегро или адажио).
5. Определи музыкальный жанр.
6. Изобрази под музыку заданный образ:
  - Кукла;
  - Осенний лист в безветренную погоду;
  - Осенний лист при сильном ветре;
  - Мяч;
  - Лису.
7. Изобрази под музыку снежинку в безветренную погоду.
8. Повтори ритмический рисунок за педагогом.
9. Определи динамический оттенок музыки.
10. Изобрази под музыкальное сопровождение катание на коньках.
11. Изобрази под музыку снежинку при легком ветре.
12. Передай настроение музыки в движении.
13. Выполни комбинацию танцевальных шагов в соответствии с темпом, т.е. постепенное ускорение и замедление.

**Диагностическая карта мониторинга освоения  
раздела программы 1 года обучения  
«Музыка и ритм. Музыкальные игры.»**

|         |            |         |            |            |
|---------|------------|---------|------------|------------|
| Уровень |            |         |            |            |
| Ф.И.О.  | Оптимальны | Хороший | Допустимый | Примечание |

|              |   |  |  |  |
|--------------|---|--|--|--|
| обучающегося | й |  |  |  |
|              |   |  |  |  |
|              |   |  |  |  |
|              |   |  |  |  |

Итог: \_\_\_\_\_ (кол-во) \_\_\_\_\_ на оптимальном уровне

\_\_\_\_\_ (кол-во) \_\_\_\_\_ на хорошем уровне

\_\_\_\_\_ (кол-во) \_\_\_\_\_ на допустимом уровне

### Критерии оценки

Оптимальный:

- дает полные и верные ответы;
- часто дополняет ответы других обучающихся;
- принимает активное участие в обсуждении;
- показывая образ, выбирает интересные, не повторяющиеся движения, которые соответствуют музыкальному сопровождению;

Хороший:

- дает верные, но не полные ответы;
- иногда дополняет ответы других обучающихся;
- участвует в обсуждении только если спросят;
- показывая образ, действует музыкально верно, но стандартно.

Допустимый:

- дает неуверенные, не полные ответы;
- не дополняет ответы других обучающихся;
- не участвует в обсуждении;
- показывая образ, ограничивается простой имитацией.

Путешествие по маршруту «Ожившие игрушки»  
(раздел «Ориентация в пространстве»)

1 год обучения

*Оборудование:* карта маршрута путешествия, карточки с изображением рисунка, в который нужно построиться, музыкальный центр, диски с музыкальным сопровождением

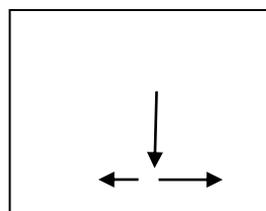
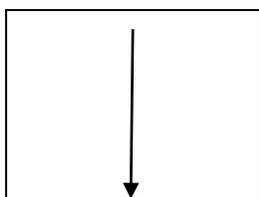
**Ход:**

Педагог предлагает детям отправиться в путешествие по маршруту (*маршрут изображен на условной карте*).

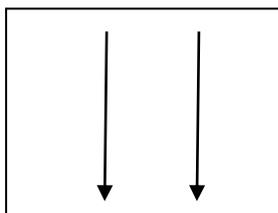
Педагог показывает карточки с изображением рисунка (*в соответствии с маршрутом следования*), в который нужно перестроиться определенным видом шагов или бега. Включает музыку, обучающиеся выполняют задание. Как только задание выполнено, педагог показывает карточку- переход в другой рисунок и т.д.

Карточки  
карточка-переход

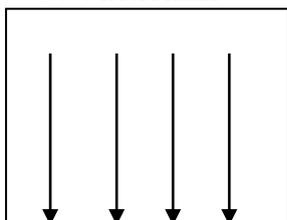
1. колонна



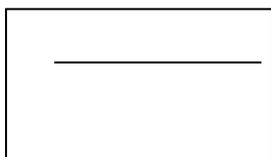
2. 2 колонны



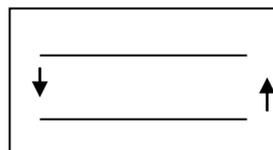
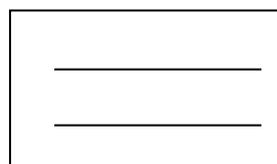
3. 4 колонны



4. линия



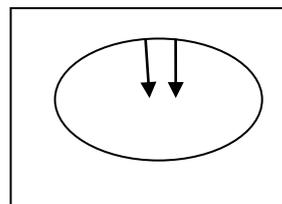
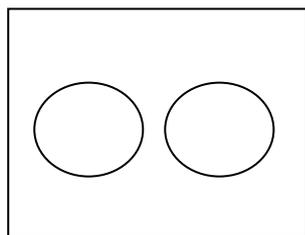
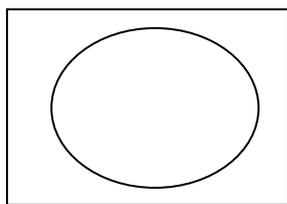
5. 2 линии



8. 6. круг

7. 2 круга

8. 2 линии



**Диагностическая карта мониторинга освоения  
раздела программы 1 года обучения «Ориентация в пространстве»**

| Уровень<br>Ф.И.О.<br>обучающегося | Оптимальный | Хороший | Допустимый | Примечание |
|-----------------------------------|-------------|---------|------------|------------|
|                                   |             |         |            |            |
|                                   |             |         |            |            |
|                                   |             |         |            |            |

**Итог:** \_\_\_\_\_ (кол-во) на оптимальном уровне

\_\_\_\_\_ (кол-во) на хорошем уровне

\_\_\_\_\_ (кол-во) на допустимом уровне

**Критерии оценки**

*Оптимальный уровень:*

- легко ориентируется в пространстве;
- быстро находит пути перестроения;
- не пугается;
- соблюдает правила и технику выполнения шагов и бега;
- соблюдает интервал.

*Хороший уровень:*

- ориентируется в пространстве;
- быстро подстраивается к другим детям;
- допускаются 1-2 ошибки при исполнении видов шагов и бега, при напоминании – исправляет;
- соблюдает интервал при напоминании педагога.

*Допустимый уровень:*

- слабо ориентируется в пространстве;
- допускает более 3 ошибок;
- слабо тянет стопы, не соблюдает выворотность;
- не соблюдает интервал.

**Тест «Возможности моего тела»  
(раздел «Партерная гимнастика»)**

**1 г.о.**

Обучающимся предлагается выполнить ряд тестовых упражнений.

1.И.п.: сидя, ноги вместе стопы натягиваются и сокращаются по VI позиции вместе, поочередно, с круговыми вращениями (руки на поясе, спина прямая).



2.И.п.: то же. Выполняется «складка» - наклоны корпуса к ногам. Колени максимально вытянуты (с натянутыми и сокращенными стопами по VI п.).

3.И.п.: то же. Ноги разведены в стороны, поочередные наклоны корпуса к правой, левой ноге и прямо, животом касаясь пола (стопы натянуты и сокращены).



4.И.п.: лежа на спине - махи прямыми ногами вверх. Колени и стопы максимально натянуты.



5.И.п.: то же. Ноги подняты вверх. Выполняется «разножка»- с максимальной амплитудой ноги разводятся в стороны и возвращаются в и.п. Стопы натянуты.

6.И.п.: то же. Работа на пресс – ноги сгибаются в коленях, поднимаются вверх и опускаются медленно вниз. Стопы натянуты.



7.И.п.: лежа на животе. Выполняется «лодочка» - поднятие прямых рук и ног.

8.И.п.: то же. Выполняется «корзинка» - обхватываются ноги руками сзади и поднимаются вверх.



9.И.п. то же. Выполняется «рыбка» - согнутыми ногами достать до головы.

10.И.п.: стоя на четвереньках выполняется «кошечки» - добрая и злая – прогибание спины.

Далее выполняются упражнения «мост»,



«шпагат» и «лягушка». Для этих упражнений применяется индивидуальный подход.

### «Шпагат»

*1 уровень развития* – полушпагат (правый, левый)



**II уровень развития** – полушпагат с прогибом корпуса назад (правый, левый)



**III уровень развития** – полный шпагат (правый, левый, прямой).



**«Лягушка»**

**I уровень развития** –

«лягушка» в положении сидя, надавливая руками на колени.



**II уровень развития** –

«лягушка» в положении сидя с наклонами корпуса вниз.

**III уровень развития** – «лягушка» лежа на животе.

**«Мост»**

I уровень развития – «мост» из положения лежа.

II уровень развития – «мост» из положения стоя с помощью педагога.

III уровень развития – «мост» из положения стоя самостоятельно.



**Диагностическая карта мониторинга освоения  
раздела программы 1 года обучения  
«Партерная гимнастика»**

| Уровень<br>Ф.И.О. обучающегося | Оптимальный | Хороший | Допустимый | Примечание |
|--------------------------------|-------------|---------|------------|------------|
|                                |             |         |            |            |
|                                |             |         |            |            |
|                                |             |         |            |            |

**Итог:** \_\_\_\_\_ (кол-во) на оптимальном уровне

\_\_\_\_\_ (кол-во) на хорошем уровне

### Критерии оценки

#### *Оптимальный уровень:*

1. сохраняет ровную спину, стопы натянуты максимально;
2. колени вытянуты, в «Складке» касается коленей грудной клеткой;
3. при наклоне вперед животом касается пола;
4. махи ног более 90 градусов, колени и стопы максимально натянуты;
5. «разножка» выполнена с максимальной амплитудой;
6. упражнение на пресс выполняет более 10 раз, стопы натянуты;
7. держит положение «Лодочка» более минуты;
8. упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно с максимальным прогибом спины;
9. в упражнении «рыбка» касается ногами головы;
10. упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - третьего уровня.

#### *Хороший уровень:*

1. стопы натянуты, но не максимально, спина ровная;
2. колени вытянуты, в «Складке» касается коленей головой;
3. в наклоне вперед животом касается пола после помощи педагога;
4. махи ног более 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
5. «разножка» выполнена с максимальной амплитудой, но колени не дотянуты;
6. упражнение на пресс выполняет правильно не более 10 раз, стопы натянуты;
7. держит положение «Лодочка» не более минуты;
8. упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно, но не с максимальной амплитудой;
9. в упражнении «рыбка» почти касается ногами головы;
10. упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - второго уровня.

#### *Допустимый уровень:*

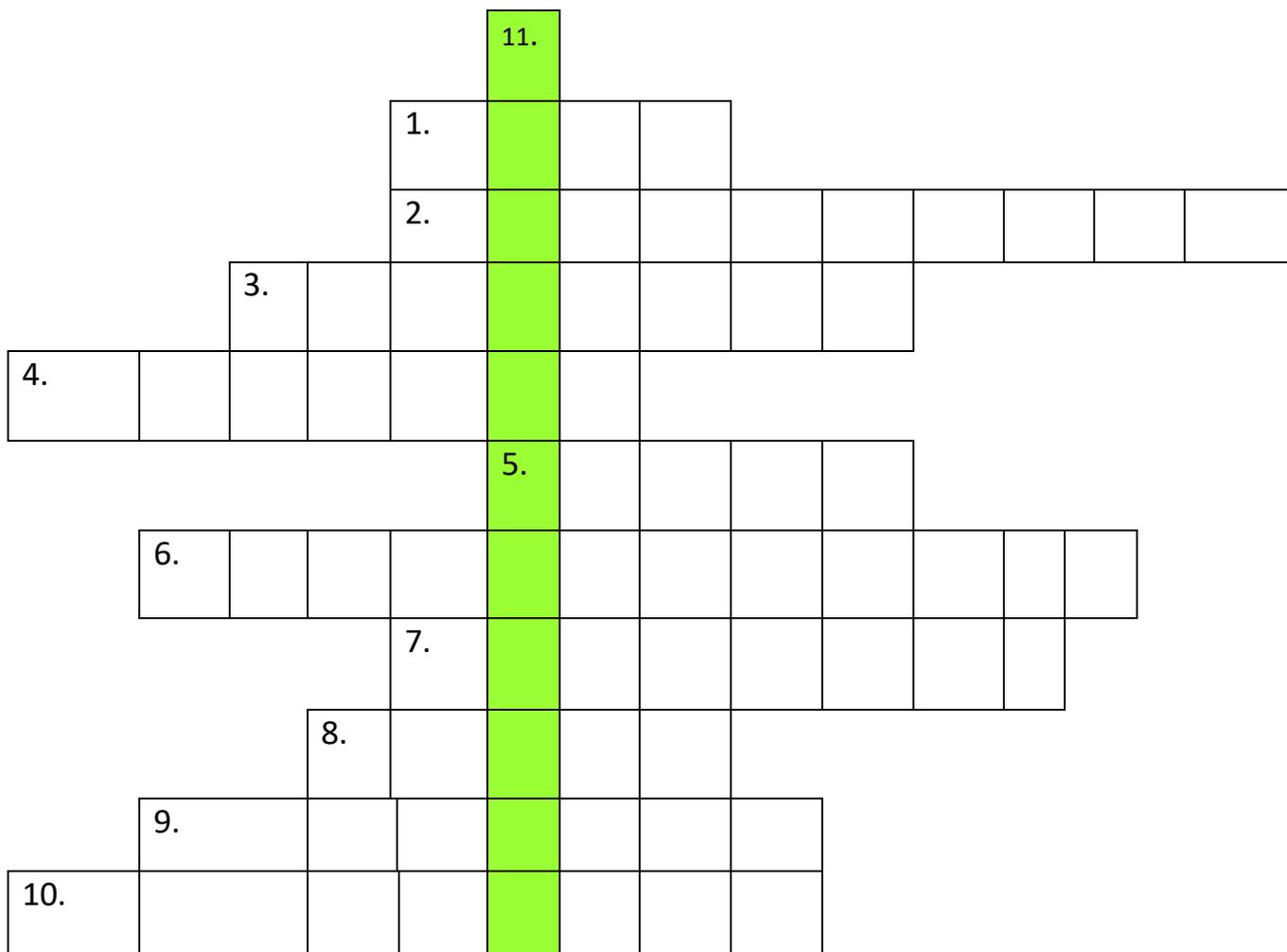
1. слабые стопы, спина ровная после замечания педагога;
2. колени вытянуты, в «Складке» не может коснуться коленей головой;
3. в наклоне вперед не касается пола животом;
4. махи ног менее 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
5. «разножка» выполнена с небольшой амплитудой, колени не дотянуты;
6. упражнение на пресс выполняет не правильно;
7. держит положение «Лодочка» менее 40-50 секунд;
8. упраж. «корзинка», «кошечка» выполнено не верно, с небольшой амплитудой;
9. в упражнении «рыбка» большое расстояние от ног до головы;
10. упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - первого уровня



## Приложение 7

### Час вопросов и ответов (Раздел «Классический и народный танец»)

Разгадай кроссворд. Ответьте правильно на вопросы 1 – 9, и вы легко найдете ответ на вопрос №11



#### **Вопросы**

*По горизонтали:*

1. Круг ногой по полу. (Ронд)
2. Plie на русском языке обозначает..... (Приседание)
3. Комплекс упражнений, составляющих основу танцевального занятия у станка и на середине.( Экзерсис)
4. Медленный русский танец.(Хоровод)
5. Широкий, быстрый, боковой шаг. (Галоп)
6. Развернутое положение ног танцора параллельно друг другу. (Выворотность)
7. Упражнения для разогрева мышц тела танцора. (Разминка)
8. Положение танцора лицом к зрителю. (Анфас)
9. Определенное положение ног или рук танцора. (Позиция)
10. Физическая нагрузка для развития подвижности мышц и суставов тела танцора. (Растяжка)

*По вертикали:*

11. Искусство танца (Хореография)