

Департамент образования Администрации города Сургута
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20

Педагогический проект

Интеграция уроков хореографии и внеурочной деятельности как средство формирования ключевых компетенций школьников

Автор Смирнова Ольга Васильевна, учитель хореографии, педагог дополнительного образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 20 города Сургута ХМАО-Югры

г. Сургут

Содержание

Краткая аннотация проекта	3
1. Пояснительная записка	4
2. Цели и задачи проекта	7
3. Планируемые результаты реализации проекта	7
4. Формы оценивания реализации проекта	9
5. Образовательные форматы реализации модулей проекта	10
6. Техническая платформа проекта	11
7. Основное содержание проекта	11
7.1. Методологическая и теоретическая основа проекта	11
7.2. Содержание по тематическим модулям (урочная и внеурочная деятельность).	12
7.3. Целевая аудитория проекта	20
7.4. Этапы реализации проекта	21
7.5. Партнеры проекта	22
7.6. Предполагаемые риски и ожидаемы трудности при реализации проекта	22
8. Характеристика педагогического состава, реализующего проект	22
9. Описание структуры модулей проекта	23
10. Перспективы дальнейшего развития проекта	23
Заключение	25
Список литературы для педагогов, реализующих проект	27
Приложение 1. Образовательная программа дополнительного образования учащихся по курсу «Хореография для всех» (модуль 1)	29
Приложение 2. Программа «Ритмика – хореография» (модуль 2)	62
Приложение 3. Результаты реализации проекта	93

Краткая аннотация проекта

Работа посвящена поиску эффективных путей формирования предметных, ключевых компетенций школьников посредством интеграции уроков хореографии и внеурочной деятельности (дополнительного образования).

Актуальность формирования ключевых компетенций, определяющих современное качество образования, обусловлена изменениями в современном обществе, требующих корректировки многих аспектов образования, задача которого – сформировать творчески мыслящую личность, самостоятельную, инициативную и социально – значимую.

Представленный педагогический опыт соответствует задачам государственной и региональной политики в сфере образования и направлен на обеспечение оптимального уровня сформированности предметной, коммуникативной компетенций и компетенции личностного самосовершенствования обучающихся, которые характеризуются способностью учащихся решать задачи в различных сферах жизнедеятельности, опираясь на освоенный социальный опыт, формирует способность личности быстро реагировать на запросы времени.

Пояснительная записка

Повышение качества образования является одной из актуальных проблем не только для России, но и для всего мирового сообщества. Решение этой проблемы связано с модернизацией содержания образования, оптимизацией способов и технологий организации образовательного процесса и, конечно, переосмыслением цели и результата образования.

Модернизация и инновационное развитие - единственный путь, который позволит России стать конкурентным обществом в мире 21-го века, обеспечить достойную жизнь всем нашим гражданам. В условиях решения этих стратегических задач важнейшими качествами личности становятся инициативность, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения, умение выбирать профессиональный путь, готовность обучаться в течение всей жизни. Все эти навыки формируются с детства.

Школа является важным элементом в этом процессе. Главные задачи современной школы - раскрытие способностей каждого ученика, воспитание порядочного и патриотичного человека, личности, готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире. Школьное обучение должно быть построено так, чтобы выпускники могли самостоятельно ставить и достигать серьёзные цели, умело реагировать на разные жизненные ситуации.

В последние годы сделан важный шаг в обновлении содержания общего образования: внедряются федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования, ФГОС начального общего образования, утверждены и проходят апробацию ФГОС основного общего образования. Тем не менее остается актуальной задача повышения уровня обучения в таких областях, как искусство, социальные науки, иностранный язык, технологии. Это связано с тем, что существующий механизм обновления содержания образования нуждается в дополнительной настройке, в повышении гибкости и оперативности.

В соответствии с Программой развития МБОУ СОШ № 20 г. Сургута «От школы знаний к школе компетентностей» на 2015-2020 годы одной из приоритетных задач общеобразовательного учреждения является обновление содержания и технологий образования в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта. Образовательная программа МБОУ СОШ № 20 соответствует задачам государственной и региональной политики в сфере образования и направлена на обеспечение оптимального уровня сформированности ключевых, предметных и надпредметных компетенций, который характеризуется способностью учащихся решать задачи в различных сферах жизнедеятельности, опираясь на освоенный социальный опыт.

Внедрение компетентного подхода – это важное условие повышения качества образования. По мнению современных педагогов, само приобретение жизненно важных компетентностей дает человеку возможность ориентироваться в современном обществе, формирует способность личности быстро реагировать на запросы времени.

Компетентный подход в образовании связан с личностно-ориентированным и деятельностным подходами к образованию, поскольку касается личности ученика и может быть реализованным и проверенным только в процессе выполнения конкретным учеником определенного комплекса действий.

В то же время в практике преподавания хореографии сложилось такое положение, что специальная литература для преподавания искусства танца в учреждениях профессионального и высшего профессионального образования представлена гораздо шире, чем программы и методические рекомендации для преподавания ритмики, хореографии в средней школе в рамках урока и внеурочной деятельности (дополнительного образования). Снять разногласие между возможностями широкого воздействия хореографического искусства на общее развитие детей и недостаточной разработанностью методики преподавания в общеобразовательных учреждениях позволяет предложенный нами новый подход к занятиям хореографией в общеобразовательной школе, а именно - интеграция урочной и внеурочной деятельности.

Интеграция – это объединение в целое разрозненных частей, глубокое проникновение, слияние в одном учебном материале обобщённых знаний в той или иной области.

Внеурочная деятельность - это любая организованная учителем или учащимся самостоятельная деятельность школьников во внеурочное время, основанная на личной заинтересованности участников с целью развития как в образовательном, так и духовно-нравственном плане. Она является не дополнением к урочным занятиям в школе, а органической частью единого, целостного познавательного процесса в школе, связывает теоретические основы знаний с их практическим применением, предполагает большое количество форм деятельности, которые невозможно реализовать на уроке. Разнообразие форм внеурочной деятельности позволяют педагогу привлечь большое количество обучающихся с учетом их способностей, возрастных особенностей и потребностей.

Для одаренных и высоко мотивированных учащихся работа во внеурочное время (в дополнительном образовании, а именно в хореографическом коллективе «Даксион») наполняет их досуг занятием по интересу, позволяет развивать себя и свои возможности, организовать самообразование, удовлетворять потребность в получении высоких результатов.

Интерес к хореографии у обучающихся стабильно высок, однако большая часть детей не имеет достаточных способностей к изучению хореографии, что затрудняет достижение высоких результатов в рамках урока (1 час в неделю согласно учебному плану). Кроме того следует отметить существование психологического барьера у многих обучающихся, что также препятствует реализации их потребностей и развитию личности ребенка.

Таким образом, можно говорить о существовании *противоречий*:

- между большим количеством специальной литературы для преподавания искусства танца в учреждениях профессионального и высшего профессионального образования и отсутствии программ и методических рекомендаций для преподавания ритмики, хореографии в средней школе в рамках урока и внеурочной деятельности (дополнительного образования);
- между высокими и разнообразными потребностями обучающихся и недостатком времени на уроке;
- между уровнем притязаний обучающихся и их способностями к обучению хореографии;
- между разнообразием форм внеурочной работы и недостаточностью их применения.

Решение этой проблемы мы видим в развитии внеурочных форм деятельности по хореографии, в интеграции урочной и внеурочной деятельности обучающихся, которая способствует соединению теоретических знаний с жизнью, формирует профессиональные интересы школьников, обеспечивает развитие их творческих способностей и способствует удовлетворению интересов и потребностей обучающихся к предмету.

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод об *актуальности* данного проекта.

Проект разработан на основе анализа деятельности МБОУ СОШ № 20, российских школ и школ города Сургута, реализующих программы по хореографии, и в соответствии со следующими основополагающими документами: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», Приоритетным Национальным Проектом «Образование», национальной образовательной стратегией-инициативой «Наша новая школа», Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2030 года, Федеральной целевой программой развития образования на 2011-2015 годы, Федеральной целевой программой развития образования на 2016-2020 годы, Концепцией развития системы образования ХМАО-Югры до 2020 года, Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей», Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.

2. Цели и задачи проекта

В связи с указанной проблемой определена **цель**.

Цель проекта – создание условий для формирования ключевых компетенций школьников посредством интеграции разнообразных форм внеурочной деятельности и уроков хореографии.

Задачи:

1. проанализировать теоретические и практические рекомендации по организации внеурочной и урочной деятельности по хореографии в современной педагогике;
2. разработать и внедрить в образовательный процесс программы: «Программа для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех» как одну из форм внеурочной деятельности, «Ритмика – хореография» (5-8 классы);
3. организовать внеурочную деятельность обучающихся в различных формах;
4. организовать проведение мониторинга:
 - результатов личностного развития учащегося (карта);
 - творческих достижений учащегося (карта, портфолио);
 - охвата (вовлеченности) обучающихся в разнообразные формы внеурочной деятельности по хореографии;
5. разработать методический курс для учителей и педагогов дополнительного образования «Специфика организации учебно – воспитательной деятельности в школьном хореографическом коллективе».
6. провести анализ, систематизацию и обобщение результатов, полученных в ходе реализации проекта.

3. Планируемые результаты реализации проекта

Планируемые результаты:

- формирование предметной, коммуникативной компетенций и компетенции личностного самосовершенствования обучающихся;
- развитие творческого подхода к собственной деятельности;
- рост количества обучающихся, вовлеченных в различные формы внеурочной деятельности;
- активное участие в фестивалях – конкурсах различных уровней и повышение результатов.

Социальная значимость педагогического проекта состоит в том, что приобретенные ключевые компетентности в дальнейшем могут быть использованы в повседневной жизни для решения практических задач, связанных с жизненными

ситуациями. Успех в адаптации к социуму позволит сохранить психологическое здоровье подрастающего поколения как залог жизненной успешности и благополучия.

Организация систематического, поэтапного включения обучающихся в разнообразные формы внеурочной деятельности, привлечение к участию в реализации проекта обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет, в том числе несовершеннолетних состоящих на различных видах профилактического учета, способствует повышению удовлетворенности обучающихся результатами обучения, а их родителей продуктивной организации свободного времени учащихся и обеспечении дополнительным образованием (хореография) в микрорайоне железнодорожников, что является профилактикой преступлений и правонарушений подростков.

Практическая значимость проекта состоит в том, что разработанны методические материалы:

- модернизированные обучающие программы урочной и внеурочной деятельности, специально написанные для занятий хореографией в системе основного и дополнительного образования;
- методический курс для учителей и педагогов дополнительного образования «Специфика организации учебно – воспитательной деятельности в школьном хореографическом коллективе»;
- мониторинги, которые могут быть использованы в реальной практике при обучении школьников хореографии в урочной и во внеурочной деятельности.

Помимо этого, указанный проект может послужить основой для дальнейших исследований в области интеграции внеурочной и урочной деятельности для формирования ключевых компетенций, не рассматриваемых в данном исследовании при обучении хореографии, а также интеграции в других предметных областях. Предлагаемые формы внеурочной деятельности по хореографии, названные в проекте также можно использовать и в других предметных областях.

Представленный педагогический проект соответствует задачам государственной и региональной политики в сфере образования и направлен на обеспечение оптимального уровня сформированности предметной, коммуникативной компетенций и компетенции личностного самосовершенствования обучающихся, которые характеризуются способностью учащихся решать задачи в различных сферах жизнедеятельности, опираясь на освоенный социальный опыт, формирует способность личности быстро реагировать на запросы времени.

Проект является частью долгосрочной программы, запущенной на неограниченный срок. **Результаты внедрения проекта представлены в приложении 3.**

4. Формы оценивания проекта

Оценка эффективности реализации проекта проходит в два этапа: внутренняя экспертиза, внешняя экспертиза. Они проводятся в конце каждого года обучения.

Внутренняя экспертиза:

- по программе для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех» – творческий экзамен и теоретический экзамен – формы проверки освоения программного материала. Творческий экзамен проводится в виде открытого занятия и отчетного концерта для родителей в образовательном учреждении, теоретический экзамен проводится в форме контрольного опроса или тестирования, итоги которых отражают «карта творческих достижений учащегося» показывает динамику формирования предметной компетентности и «карта учета результатов личностного развития учащегося» показывает динамику формирования коммуникативной компетентности и компетентности личностного самосовершенствования.

«Карта творческих достижений учащегося» и «Карта учета результатов личностного развития учащегося» разработаны на основе мониторинга результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе, мониторинга личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы, индивидуальной карточке учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе (автор Каргина З.А.), мониторинга коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС), с учетом вида деятельности коллектива (хореография).

Карты позволяет вести поэтапную систему контроля за обучением учащихся, отслеживать динамику образовательных результатов, формирования предметной, коммуникативной компетенции и компетенции личностного самосовершенствования учащихся (Приложение 1);

- по программе «Ритмика – хореография» - для оценки результатов используется как традиционная пятибалльная шкала, так и рейтинговая система. Оценка результатов по разделам проводится на основе разработанных материалов для контроля практических умений и теоретических знаний учащихся. Оценка теоретических знаний проводится с применением информационно-коммуникационных технологий (тестовая оболочка My Test). С целью выявления творческих способностей, интересов учащихся используются материалы для проведения психолого-педагогической диагностики: опросник креативности Джонсона, в модификации Е. Туник (Приложение 2);

- по разнообразным формам внеурочной деятельности – мониторинг охвата (вовлеченности) обучающихся различными формами внеурочной деятельности по хореографии.

Внешняя экспертиза по всем видам деятельности – это оценка специалистов в области хореографии, родителей, социальных партнеров, а также достижения учащихся на городских, региональных, всероссийских, международных фестивалях – конкурсах.

5. Образовательные форматы реализации модулей проекта

Основными формами осуществления образовательной деятельности являются:

1. Урочная деятельность: уроки проводятся с 1 по 8 класс один раз в неделю (за счет реализации третьего часа физической культуры из учебного плана) по расписанию уроков, продолжительностью 40-45 минут (для учащихся 1 классов продолжительность урока меняется в соответствии со ступенчатым режимом обучения), учащиеся класса делятся на подгруппы по 12-15 человек; контрольные уроки проводятся во 2-8 классах по четвертям по билетам (практика), в конце каждого года обучения проводится тестирование с использованием ИКТ (теория), продолжительность обучения: 1 классы – 33 недели, 2-4 классы 34 недели, 5-8 классы 35 недель.

2. Дополнительное образование:

2.1. Индивидуальные и групповые занятия проводятся для учащихся 1-11 классов по расписанию занятий объединений дополнительного образования, количество занятий в неделю зависит от уровня программы (стартовый уровень – 2 академических часа в неделю, базовый уровень – 4 академических часа в неделю), наполняемость групп зависит от комплектования, продолжительность занятий зависит от возраста воспитанников и может составлять от 30 до 45 минут продолжительность обучения 38 недель;

2.2. Мастер – классы, семинары – практикумы – проводятся для воспитанников 4-11 классов приглашенными педагогами ХМАО-Югры и России;

2.3. Постановочно – репетиционная работа для всех воспитанников занимает особое место. Для удовлетворения спроса на концертную деятельность каждый год репертуар коллектива обновляется на 1 - 2 номера для каждой группы, что требует значительных затрат времени, поэтому для постановочно – репетиционной работы отводится от 15 до 30 минут занятия.

3. Внеурочная деятельность, концертная деятельность, ежегодные отчетные концерты, фестивали, проводимые в МБОУ СОШ № 20, фестивали, конкурсы различных уровней, акции, открытые уроки, занятия – это формы, которые позволяют учащимся проявить себя в роли постановщиков, режиссеров, оформителей и артистов.

6. Техническая платформа (ресурсы)

Виды ресурсов	Требуемые ресурсы
Временные	5 лет 2013 г. - 2018 г.
Информационные	– Интернет ресурсы; – сайт научно-методический портал «Завуч.Инфо»; – сайт «Хореограф»; – электронный каталог фонда библиотеки, медиатека ОУ; – личная медиатека: 456 дисков с музыкальным и методическим материалом.
Материально-технические	– специализированный оборудованный хореографический кабинет, используемый в образовательном процессе; – компьютер, телевизор, музыкальный центр, DVD проигрыватель; – единая локальная сеть ОУ с безлимитным доступом в Интернет; – методическая литература; – костюмерная с набором танцевальных костюмов, обуви и реквизита; – актовый зал; – звуковая аппаратура.
Человеческие	– учащиеся 1 – 11 классов; – учителя хореографии и педагоги дополнительного образования МБОУ СОШ № 20, родители.
Организационные	администрация МБОУ СОШ №20
Финансовые	Бюджетные средства МБОУ СОШ № 20, средства социальных партнеров

7. Основное содержание проекта

7.1 Методологическая и теоретическая основа проекта

Методологическую основу опыта составляют компетентностный, системно - деятельностный, личностно – ориентированный подходы.

Методологическую основу исследования составили:

- развитие творческих способностей обучающихся отражены в технологии творческого развивающего обучения, в соответствии с которой последовательно формируются творческие способности личности на основе свободного выбора ребенком внеурочной деятельности (И. П. Волков) и технологии коллективных творческих дел (И. П. Иванов);
- компетентностный подход (И.А. Зимняя, А.А. Хуторской, и др.) выступает в качестве важнейшего критерия отбора содержания образования и разработки учебных программ с ориентацией на формирование у обучающихся набора ключевых учебных компетенций.

- идеи деятельностного подхода к организации учебного процесса (Л.С.Выготский, П.Я. Гальперин, В.В.Давыдов и др.). Данный подход позволяет обеспечить максимальный учет личностного потенциала обучающегося, его субъективных свойств при проектировании процесса формирования ключевых учебных компетенций;

- в отечественной и мировой педагогике имеется достаточно богатый опыт исследования проблем интеграции. (А. Блум, Дж. Брунер).

Для решения поставленных задач использовался комплекс *методов* исследования:

- теоретический (анализ социально-педагогической, психолого-педагогической и методической литературы по исследуемой проблеме, обобщение собственного опыта);

- практический (наблюдение, моделирование, планирование, анализ продуктов деятельности участников педагогического процесса).

Новизна проекта

Новизна заключается в том, что во время реализации проекта:

1. разработаны и успешно реализуются образовательные программы:

- «Программа для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех», на основе программ учебных учреждений среднего профессионального образования и высшего профессионального образования;

- «Ритмика – хореография» (5-8 классы);

2. организован и ведется в системе мониторинг:

- результатов личностного развития учащегося (карта);

- творческих достижений учащегося (карта, портфолио);

- охвата (вовлеченности) обучающихся в разнообразные формы внеурочной деятельности по хореографии, что позволяет оценивать результаты формирования предметной, коммуникативной компетенций и компетенции личностного самосовершенствования обучающихся;

3. разрабатывается методический курс для учителей и педагогов дополнительного образования «Специфика организации учебно – воспитательной деятельности в школьном хореографическом коллективе».

7.2 Содержание по тематическим модулям (урочная и внеурочная деятельность)

Основу проекта составляют: программа для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех» (Приложение 1); программа «Ритмика – хореография» (Приложение 2); разнообразные формы внеурочной деятельности.

Модуль 1.

Программа для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех»

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» и в Концепции развития системы образования Ханты - Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года одной из задач является развитие системы дополнительного образования учащихся, подчеркивается целесообразность создания в каждом образовательном учреждении творческой среды, обеспечивающей возможность самореализации учащихся через расширение сферы дополнительных образовательных услуг.

Для реализации поставленных задач, развития творческих способностей, предметной, ключевых компетенций (коммуникативная и компетенция личностного совершенствования) обучающихся в МБОУ СОШ № 20 создана и успешно реализуется программа дополнительного образования школьников «Хореография для всех».

Разработка данной программы вызвана необходимостью создать условия для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения, развития творческих способностей, формирования предметной, ключевых компетентностей, удовлетворения интереса и потребностей обучающихся на занятиях хореографией. Это подтверждают данные опроса родителей и обучающихся МБОУ СОШ № 20 - 47 % опрошенных заинтересованы в продуктивной организации свободного времени учащихся и обеспечении дополнительным образованием (хореография), так как образовательное учреждение отдалено от центра города и в микрорайоне железнодорожников отсутствуют учреждения дополнительного образования.

Дополнительная образовательная программа «Хореография в общеобразовательной школе», рассчитана на 7 лет обучения учащихся в возрасте 10 – 17 лет.

Настоящая программа позволяет учащимся поддерживать интерес к творческой хореографической деятельности через объединение в комплекс хореографических дисциплин по ритмике, классическому, народному, современному танцу, партнерному экзерсису, актерскому мастерству.

Данная программа ориентирует педагогов на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Концептуальные положения программы

- ✓ все дети способны научиться танцевать;
- ✓ творческие способности существуют параллельно и независимо от общих и специальных способностей;
- ✓ творчеству, как любой деятельности, можно учиться;

- ✓ коллективная деятельность – пространство творческого развития учащихся;

Цель: развитие творческих способностей, предметной, ключевых компетенций (коммуникативная и компетенция личностного совершенствования) учащихся средствами хореографии.

Для достижения поставленной цели определены следующие **задачи:**

1. Познакомить учащихся с лучшими образцами мировой культуры в области музыки и хореографии. Дать теоретические знания по всем направлениям хореографического искусства.
2. Способствовать формированию интереса к хореографическому искусству, развивать музыкальный и эстетический вкус на занятиях хореографией.
3. Создать условия для формирования предметной, ключевых компетенций (коммуникативная и компетенция личностного совершенствования) средствами хореографического искусства.

В рамках реализации данной программы использованы педагогические технологии, в которых развитие творческих способностей обучающихся является приоритетной целью:

- ✓ Технология творческого развивающего обучения, в соответствии с которой последовательно формируются творческие способности личности на основе свободного выбора ребенком внеурочной деятельности (И. П. Волков).
- ✓ Технология коллективных творческих дел (И. П. Иванов).

Принципы построения программы: доступность, системность, последовательность, преемственность.

При организации образовательного процесса используются традиционные группы **методов обучения:** наглядные, словесные, практические.

Основными формами осуществления образовательного процесса являются: занятия индивидуальные, групповые, мастер – классы, обучающие семинары – практикумы, концертная деятельность.

Обучение проводится в три этапа: подготовительный, основной, заключительный.

На подготовительном этапе обучения учащиеся осваивают основы ритмики, танцевально - ритмической гимнастики, игроритмики, игрогимнастики, игротанцев, музыкально - подвижных игр, креативной гимнастики, элементарных основ классического, народного и современного танца. На основе проученных движений и с учетом возрастных особенностей воспитанников подбирается танцевальный репертуар и проводится постановочно-репетиционная работа.

Цель подготовительного этапа обучения: формирование у воспитанников интереса к занятиям хореографией и освоение ими основ ритмики – хореографии.

Задачи:

1. формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр;
2. укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии;
3. воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

Результат подготовительного этапа обучения.

В обучении (предметная компетенция): учащиеся умеют выделять сильную долю, слушать и просчитывать музыку, начинать движение после музыкального вступления, на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки. Знают позиции рук, ног, умеют ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн. Знают и умеют выполнять элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса проученные на подготовительном этапе обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы.

В развитии (компетенция личностного совершенствования): учащиеся свободно контактируют с педагогом, адекватно реагируют на его замечания, любят быть в центре внимания на концертных выступлениях и открытых занятиях. Развивается любовь к искусству танца через посещение концертов и театральных постановок.

В воспитании (коммуникативная компетенция): воспитанники уважительно относятся к педагогу и всем воспитанникам коллектива, помогают друг другу в трудной ситуации, поздравляют с днем рождения и другими праздниками.

На основном этапе обучения учащиеся совершенствуют полученные знания, продолжается изучение классического, народного и современного экзерсиса, партерного экзерсиса, постановочно-репетиционной работы, основ актерского мастерства.

Цель основного этапа обучения: совершенствование у учащихся полученных знаний, умений и навыков, развитие их творческих способностей через осмысленное содержание и воплощение его в танце.

Задачи:

1. совершенствование у обучающихся полученных знаний, умений и навыков путем усложнения координации и убыстрения темпа исполнения упражнений и танцевальных элементов;

2. развитие художественно – творческих способностей, самостоятельности, инициативы;
3. воспитание целеустремленности, настойчивости, творческой активности и фантазии.

Специфика построения занятия зависит от методики преподавания хореографической дисциплины – классический, народный, современный танец.

Результат основного этапа обучения.

В обучении (предметная компетенция): учащиеся знают терминологию изучаемых направлений хореографии, знают и умеют исполнять экзерсис у станка и на середине зала по изучаемым направлениям хореографии. Знают методику построения занятий. Умеют соединять элементарные движения в танцевальные комбинации и выстраивать из них этюды.

В развитии (компетенция личностного совершенствования): учащиеся, обучающиеся в коллективе, отличаются адекватной быстротой реакции на слова педагога, хорошей двигательной памятью, умением рассчитывать свои силы, соотносить свои движения с движениями партнера, самостоятельно и быстро построиться в любую заданную фигуру или рисунок танца. Укреплены мышцы корпуса, рук, ног, формируется правильная осанка. Хорошее физическое развитие детей позволяет приступить к изучению и исполнению более сложной техники.

В воспитании (коммуникативная компетенция): коллектив стал дружным, сплоченным, развито чувство взаимовыручки. Формируются азы общей сценической культуры. Привиты основные этические правила поведения на сцене и в жизни.

На заключительном этапе обучения воспитанники совершенствуют исполнительское мастерство, закрепляют и развивают полученные хореографические умения и навыки, интенсивно пополняют знания в области хореографического искусства. Сложная драматургия и музыкальный материал выстраивается в более сложную постановочно – репетиционную работу. Целью данного этапа является: закрепление и совершенствование полученных учащимися знаний, умений и навыков, формирование исполнительского мастерства и предпрофильная подготовка.

На заключительном этапе решаются следующие задачи:

1. развитие творческого потенциала учащихся, через осмысленное содержание и воплощение его в танце;
2. совершенствование исполнительского и актерского мастерства, ориентировка на успехи и достижения;
3. пробуждение интереса к профессии.

Основой данного этапа является репетиционно – постановочная работа, продолжается обучение по всем направлениям деятельности с более совершенной техникой исполнения всех элементов и значительной силовой нагрузкой.

Ведущим в изучении данного этапа должен быть принцип сознательного обучения. Осознанное исполнение каждого движения, каждой комбинации расширит индивидуальные исполнительские возможности учащегося и будет способствовать повышению уровня их профессиональной подготовки.

Результат заключительного этапа обучения.

В обучении (предметная компетенция): учащиеся умеют самостоятельно составлять танцевальные этюды и исполнять их, используя при этом более сложную танцевальную лексику, свободно работаю на семинарах – практикумах ведущих педагогов хореографов России. Реализуют свои творческие способности в концертной деятельности и на фестивалях – конкурсах различных уровней.

В развитии (компетенция личностного совершенствования): учащиеся, обучающиеся в коллективе, самостоятельно проводят занятия в младших группах коллектива, что способствует пробуждению интереса к профессии.

В воспитании (коммуникативная компетенция): коллектив сплоченный, развито чувство взаимовыручки, взаимоуважения. Владеют правилами сценической культуры. Воспитанники коллектива пользуются заслуженным авторитетом учащихся и педагогов школы.

Обучающиеся во время обучения получают представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Обучающиеся прошедшие курс по данной программе, получают общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства, продолжать обучение в профессиональных колледжах и вузах.

При работе по данной программе педагог может корректировать учебный план каждой отдельной учебной группы для реализации дифференцированного подхода. Уникальность программы заключается в возможности их частичного использования в зависимости от целей и задач, возможностей педагога и образовательного учреждения.

Данная программа имеет рецензии народного артиста России, профессора, заведующего кафедрой хореографии Ханты-Мансийского филиала МГУКИ Александра Абубакировича Мунтагирова и заведующей кафедрой педагогики Сургутского государственного университета ХМАО-Югры, доктора педагогических наук, профессора Веры Дмитриевны Повзун, рекомендована к внедрению в

образовательную деятельность и может быть использована как методическое пособие для педагогов дополнительного образования в средней школе.

На основе данной программы в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242) ежегодно разрабатываются разноуровневые дополнительные общеразвивающие программы художественной направленности «Хореография для всех» в соответствии с запросом обучающихся и их родителей (законных представителей).

Модуль 2.

Программа «Ритмика – хореография»

Разработана и успешно реализуется программа «Ритмика – хореография» для обучающихся 5-8 классов, составленная на основе Программы «Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы» Автор Е.И. Мошкова, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации, М., издательство «Просвещение», 1997 г.

Программа «Ритмика – хореография» предназначена для обучающихся основной школы и рассчитана на 4 года обучения (5-8 классов) в режиме учебных занятий. Программа составлена согласно учебному плану.

Уроки ритмики-хореографии являются фундаментом обучения для всего комплекса хореографических дисциплин, решают задачу двигательного режима школьников и способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

В программу по ритмике-хореографии **введены элементы** детского игрового стейчинга и непосредственно элементы классической и современной хореографии.

В целях здоровьесбережения обучающихся при реализации программы используется **кинезотерапия**. Кинезотерапия (в переводе с греческого кинезис) означает движение, т.е. лечение различными видами движений, в том числе и хореографией. Распространенной патологией у детей является нарушение осанки, поэтому применение метода кинезотерапии при этой патологии особенно важно. Осанка у детей может изменяться в процессе целенаправленного развития недоразвитых или ослабленных мышц. Коррекция нарушенной осанки методом хореографии основана на таких упражнениях, при выполнении которых на группах мышц с нарушенной функцией (сниженным тонусом, вялой, ослабленной) подается дополнительная физическая нагрузка. Формирование осанки начинается с исправления положения тела, исходя из естественных возможностей человека.

Кинезотерапия хореографией эффективна, экономична, а также лояльна по отношению к ребенку в сравнении с другими методами лечения. Можно лечить искривление позвоночника на больничной койке, а можно в танце, когда ребенок и не догадывается, что при занятии любимым делом он проходит курс восстановительного лечения.

Искусство танца близко детям и любимо ими, и обычно дети, поступившие в различные творческие мастерские по хореографии в школах, систематически посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляя настойчивость и усердие в приобретении танцевальных навыков и знаний. К каждому уроку ритмики - хореографии предъявляются определенные требования, как с точки зрения его художественной ценности, так и в отношении сохранения здоровья детей, обучающихся хореографическому искусству. Это, прежде всего, касается величины физической нагрузки, ее соразмерности с возрастными показателями ребенка. Дети нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения тела для детей крайне утомительно. В то же время движения детей недостаточно координированы, запас целенаправленных двигательных навыков у них невелик, они нуждаются в его пополнении и усовершенствовании.

Прохождение программы опирается на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных данных учеников, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность уроков, целенаправленность учебного процесса. Без соблюдения этих условий уроки ритмики-хореографии теряют смысл в дальнейшем достижении результатов.

На основе данной программы в соответствии с Положением о рабочих программах по предметам (курсам) ежегодно разрабатываются рабочие программы по предмету хореография.

Модуль 3.

В соответствии с ФГОС ООО внеурочная деятельность является организационным механизмом реализации основной образовательной программы. Для организации внеурочной деятельности реализуется программа внеурочной деятельности «Танцуем играя» (1-4 классы), а также для учащихся 1-11 классов организованы разнообразные формы внеурочной деятельности: акции, фестивали, концертные мероприятия различных уровней, в том числе с привлечением социальных партнеров: БУ ХМАО-Югры «Центр медицинской профилактики», специализированной детской-юношеской спортивной школой олимпийского резерва «Югория» имени А.А. Пилояна, МАУ Городской культурный центр, МБОУ СОШ № 9, Сургутским музыкально-драматический театром, УВД по г.Сургуту, Региональным благотворительным фондом «Благо Дарю», ОАО «Российские железные дороги», Приходом храма Преображения Господня, Департаментом

культуры, молодежной политики и спорта, Департаментом образования города Сургута, МКУ «ИМЦ».

В период с 2011 по 2017 годы в МБОУ СОШ № 20 ежегодно проводятся межшкольный фестиваль «Звезды галактики» и общешкольный фестиваль «В гостях у Терпсихоры». К организации фестивалей привлекаются учащиеся в возрасте от 14 до 17 лет, в том числе несовершеннолетние состоящие на различных видах профилактического учета, с целью продуктивной организации свободного времени учащихся и освоения организаторских способностей, **что является профилактикой преступлений и правонарушений подростков.** Участниками фестивалей являются учащиеся 1-11 классов МБОУ СОШ № 20, МБОУ СОШ № 29, МБОУ СОШ № 22, МБОУ СОШ № 15.

Учащиеся с ограниченными возможностями здоровья, дети – инвалиды активно участвуют в городском фестивале «Солнце для всех», опекаемые учащиеся принимают участие в городском фестивале «Созвездие».

В рамках ежегодных методических фестивалей разрабатываются и реализуются открытые общешкольные мероприятия совместно с учащимися школы. Учащиеся 1-11 классов активно участвуют в конкурсах, фестивалях, акциях, мероприятиях и концертах позволяет учащимся реализовать свой творческий потенциал. За период реализации проекта учащиеся приняли участие в следующих мероприятиях: городской фестиваль конкурс «Щит и лира», посвященный Дню защитника Отечества; городской фестиваль детского и юношеского творчества «Пасха Красная»; всероссийский открытый фестиваль самодеятельного искусства «РЖД зажигает звезды»; церемония вручения ежегодной награды в области благотворительности в ХМАО-Югре «Седьмой лепесток»; открытие МБОУ СШ № 9 города Сургута; ежегодный городской праздничный концерт, посвященный празднованию «Победы в Великой Отечественной войне»; городская благотворительная акция «Белая ромашка» в помощь детям, больным туберкулезом; городской концерт к Всемирному дню без табака.

7.3. Целевая аудитория проекта

Название модуля	Количество учащихся, чел.				
	2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
Модуль 1 -Программа «Хореография для всех»	98	106	109	112	123
Модуль 2 – программа «Ритмика – хореография»	402	484	543	591	642
Модуль 3 – внеурочная деятельность	96	111	155	174	190

7.4. Этапы реализации проекта

Сроки	Мероприятия	Краткое описание деятельности. Результат
<i>Констатирующий (подготовительный этап)</i>		
2013 - август	Изучение нормативных и методических документов	Анализ теоретические и практические рекомендации по организации внеурочной и урочной деятельности по хореографии в современной педагогике, теоретических основ стандартизации, требований государственного стандарта на ступени основного общего образования к подготовке в области искусства, организации двигательной активности, вовлечения в различные формы внеурочной деятельности школьников. Определение цели и задач проекта. Уточнение ролей и обязанностей партнеров. Оформление понятийно-терминологического аппарата исследования. Ответственный – организатор проекта
<i>Основной этап (поисково-преобразовательный)</i>		
2013 – 2014	Создание условий для реализации проекта. Реализация проекта	Разработка образовательной программы по хореографии для обучающихся 5-8 классов, программы дополнительного образования для хореографического коллектива «Даксион» (10-17 лет), плана мероприятий различных форм внеурочной деятельности. Оборудование кабинетов хореографии, подборка методического и музыкального материала Ответственный – организатор проекта
2014 – 2017	Реализация проекта	Проведение уроков, занятий дополнительного образования, организация разнообразных форм внеурочной деятельности на основе предлагаемого проекта. Ответственный – организатор проекта
<i>Формирующий (рефлексивно - обобщающий) этап</i>		
2017–2018	Мониторинг проекта	Определение эффективности разработанного проекта. Коррекция проекта с учётом собранной информации на этапе апробации, а также с учётом аналитической работы. Теоретическое обобщение и дальнейшее внедрение результатов проекта в педагогическую практику, уточнение и формулирование выводов, выявление перспективы последующего развития проекта. Ответственный – организатор проекта.
	Методическое сопровождение проекта	Разработка методического курса для учителей и педагогов дополнительного образования по организации учебно – воспитательного процесса в школьном хореографическом коллективе как форме внеурочной деятельности. Ответственный – организатор проекта.
	Информационное сопровождение проекта	Публикация опыта в сети Интернет. Ответственный – организатор проекта.

7.5. Патрнеры проекта

Классные руководители, родители, администрация школы, учителя хореографии, педагоги дополнительного образования образовательных учреждений и детских садов города Сургута, МБОУ ДОД «Центр детского творчества», совет ветеранов железнодорожного района, ТОС-3, Сургутское отделение Свердловской железной дороги филиала ОАО «РЖД», СК «Локомотив», спортивные школы города, благотворительный фонд «Благо Дарю», ИКЦ «Старый Сургут», МАУ «ГКЦ», МОУ ДОД «Детская школа искусств», ОГИБДД УМВД России по г. Сургуту.

7.6. Предполагаемые риски и ожидаемые трудности при реализации проекта.

В реализации проекта возможны определенные риски и трудности, связанные с недостаточно развитой материально-технической базой, с недостаточностью финансовых ресурсов и недостаточностью времени на внеурочную деятельность в связи с загруженностью педагога и обучаемых.

При работе в классе вероятна возможность получения травм. В связи с этим для учащихся разработана инструкция о правилах поведения во время учебного процесса на уроках хореографии, которая должна неукоснительно соблюдаться.

При использовании разработанной программы дополнительного образования и ее внедрении в других образовательных учреждениях возникает риск в профессиональной подготовке педагогов, так как учитель, не имеющий среднего профессионального или высшего профессионального образования в области хореографии (знание специфики преподавания предмета, лексики, терминологии классического, народного, современного танца, партерного экзерсиса) не сможет в полном объеме воспроизвести материал, представленный в программе, либо его освоение потребует от педагога дополнительных затрат времени на поиск в литературных источниках терминологии, лексики и специфики преподавания вышеназванных дисциплин.

8. Характеристика педагогического состава, реализующего проект

Проект реализуют учителя хореографии, педагоги дополнительного образования МБОУ СОШ № 20.

ФИО	Образование	Квалификационная категория	Стаж работы	Награды
Смирнова О.В.	высшее	высшая	15 лет	Почетная грамота департамента образования и науки ХМАО-Югры
Синявская Т.А.	высшее	высшая	30 лет	Почетный работник Российской Федерации
Тихонова Е.Е.	высшее	первая	8 лет	Благодарственное письмо департамента образования города Сургута

Проект может быть реализован педагогическими работниками, которые соответствуют требованиям, предъявляемым к квалификационным характеристикам педагогических работников (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 26 августа 2010 г. №761н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих»): высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки "Образование и педагогика" или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.

9. Описание структуры модулей проекта

Подробное описание структуры модулей представлено в Приложениях 1, 2.

10. Перспективы дальнейшего развития проекта

Опыт может быть рекомендован к внедрению в образовательных учреждениях города и округа. Материалы исследования могут быть использованы в практической деятельности учителями – предметниками, педагогами дополнительного образования, руководителями методических объединений, заместителями

руководителей, а также в системе повышения квалификации учителей, педагогов дополнительного образования как дополнительный педагогический инструментарий профессиональной деятельности.

В организации внеурочной и урочной деятельности школьников планируются следующие мероприятия:

1. дальнейшее вовлечение учащихся в различные формы внеурочной деятельности: фестивали – конкурсы, акции, концертную деятельность и другие мероприятия;
2. участие в фестивалях – конкурсах, акциях, концертных программах различных уровней и повышение результативности;
3. дальнейшее проведение мониторинга по формированию у обучающихся предметной, ключевых (коммуникативной, личностного самосовершенствования) компетенций.

Заключение

Разработанный и внедренный в образовательное пространство МБОУ СОШ №20 проект помог создать условия для формирования ключевых компетенций школьников посредством интеграции разнообразных форм внеурочной деятельности и уроков хореографии.

Анализ теоретических и практических рекомендаций по организации внеурочной и урочной деятельности по хореографии в современной педагогике, методической литературы, образовательных Стандартов и программ, результатов констатирующего этапа исследования позволили определить цели, ведущие принципы, основные этапы, проблемы интеграции разнообразных форм внеурочной деятельности и уроков хореографии.

Разработанные и внедренные в образовательную деятельность программа для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех» (1-11 классы) и программа «Ритмика – хореография» (5-8 классы) позволили создать условия для охвата всех желающих заниматься хореографией в той или иной форме.

Организованная внеурочная деятельность позволила увеличить количество обучающихся с 7 до 17 лет, вовлеченных в различные формы внеурочной деятельности, активно принимающих участие в акциях, фестивалях, конкурсах и других проектах различных уровней.

Мониторинг результативности проекта проводился в нескольких направлениях: охват (вовлеченности) обучающихся в разнообразные формы внеурочной деятельности, результаты личностного развития учащегося (карта); творческие достижения учащегося (карта, портфолио).

Результаты педагогического проекта подтвердили достижимость заявленных результатов, что подтверждается высокими результатами обучающихся в фестивалях – конкурсах, ростом количества обучающихся, вовлеченных в различные формы деятельности, повышением их результатов качества образования. Разработан методический курс для учителей и педагогов дополнительного образования по организации учебно-воспитательной деятельности в школьном хореографическом коллективе как форме внеурочной деятельности.

Подводя итог вышесказанному, можно утверждать, что организация систематического, поэтапного включения обучающихся в разнообразные формы урочной и внеурочной деятельности, привлечение к участию в реализации проекта обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет, в том числе несовершеннолетних состоящих на различных видах профилактического учета, способствует повышению удовлетворенности обучающихся результатами образования, а их родителей продуктивной организации свободного времени учащихся и обеспечении

дополнительным образованием (хореография) в микрорайоне железнодорожников, что является профилактикой преступлений и правонарушений подростков.

Приобретенные ключевые компетенции в дальнейшем могут быть использованы в повседневной жизни для решения практических задач, связанных с жизненными ситуациями. Успех в адаптации к социуму позволит сохранить психологическое здоровье подрастающего поколения как залог жизненной успешности и благополучия.

Помимо этого, указанный проект может послужить основой для дальнейших исследований в области интеграции внеурочной и урочной деятельности для формирования ключевых компетенций, не рассматриваемых в данном исследовании при обучении хореографии, а также интеграции в других предметных областях. Предлагаемые формы внеурочной деятельности по хореографии, названные в проекте также можно использовать и в других предметных областях.

Список литературы для педагогов, реализующих проект

1. Каргина, З.А. Некоторые подходы к выявлению и оценке результативности образовательной деятельности детского объединения дополнительного образования // Журн. Внешкольник. /– М.: 2006. – № 11. – 9-12 с.
2. Каргина, З.А. Об итоговой аттестации воспитанников детских творческих объединений // Журн. Внешкольник. /– М.: 2003. – № 4. – 24-26 с.
3. Шишов, С. Е. Понятие компетенции в контексте качества образования / С. Е. Шишов // Стандарты и мониторинг в образовании. — 1999. — № 2. — 41–48 с.
4. Хуторской, А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированного образования // Народное образование. – 2003. - № 2. – 58-64 с.
5. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» / — СПб.: Лань, 2000. — 192с.
6. Волков, И. П. Приобщение школьников к творчеству. М. Просвещение, 1982.
7. Каргина, З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. /– М.: Школьная пресса, 2007. – 96с.
8. Костровицкая, В. Школа классического танца. Издание третье, исправленное. Учебник для хореографических училищ и хореографических отделений вузов искусств и культуры. / А. Писарев. - Ленинград: Искусство, 1986. – 264 с.
9. Косяченко, Г. С. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. / Черникова Н.М. - Самара: СИПКРО, 2003. -168с.
10. Климов, А. Основы русского народного танца. Учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры, балетмейстерских факультетов театральных институтов и учащихся хореографических училищ. / — М.: Искусство, 1981. — 270 с.
11. Лифиц, И. В. Ритмика. Учебное пособие. / - М.: Академия, 1999. — 224 с.
12. Никитин, В. Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент. / - М.: Алетейа, 2000. – 623 с.
13. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // - М.: ВЦХТ / Я вхожу в мир искусств/ № 4, 1998. – 128 с.
14. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. - М.: ВЦХТ /Я вхожу в мир искусств/ №4, 2001. – 168 с.
15. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. - М..ВЦХТ /Я вхожу в мир искусств/ №12, 2002. -160 с.
16. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. / - М.: ИД «Один из лучших», 2004. – 414 с.

17. Подласый, И.П. Педагогика. Учебник для студентов педагогических вузов. / - М.: Владос, 2000. – 256 с.
18. Панферов, В. И. Основы композиции танца: экспериментальный учебник для студентов вузов, колледжей и училищ культуры и искусства. ЧГАКИ. / - Челябинск, 2001. – 120с.
19. Стуколкина, Н. М. Четыре экзерсиса: уроки характерного танца. / - М.: Всероссийское театральное общество, 1972. – 397 с.
20. Серебренников, Н. Н. Поддержка в дуэтном танце. / - Ленинград: Искусство, 1969. -136с.
21. Шереметьевская, Н. Танец на эстраде. / - М.: Искусство, 1985. – 412 с.
22. Щуркова, Н.Е. Пакет школьных методик изучения личности: Методический материал для опытно-экспериментальной работы. / – М.: МИУУ, 1989-1990.
23. Государственные образовательные стандарты// Государственные стандарты общего образования. // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.edu.ru/db/portal/obschee/index.htm>
24. Министерство образования и науки Российской Федерации// [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://минобрнауки.рф/проекты/доступное-дополнительное-образование-для-детей>
25. Хуторской, А. В. Ключевые компетенции и образовательные стандарты. Доклад на отделении философии образования и теории педагогики РАО 23 апреля 2002. Центр «Эйдос» // [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.eidos.ru/news/compet.htm

Департамент образования Администрации города Сургута
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20

Образовательная программа дополнительного образования учащихся по курсу

«Хореография для всех»

Образовательная область – искусство
Вид образовательной программы – модифицированная
Уровень усвоения – базовый
Возраст обучающихся – 10 – 17 лет
Срок обучения – 7 лет

Автор:

Смирнова Ольга Васильевна – учитель ритмики -
хореографии, руководитель хореографического коллектива.

г. Сургут

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» и в Концепции развития системы образования Ханты - Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года одной из задач является развитие системы дополнительного образования учащихся, подчеркивается целесообразность создания в каждом образовательном учреждении творческой среды, обеспечивающей возможность самореализации учащихся через расширение сферы дополнительных образовательных услуг.

Облик школ до 2020 года должен измениться как по форме, так и по содержанию. В школе учиться будет и увлекательно и интересно, если она станет центром не только образования, но и саморазвития личности ученика в процессе занятий творчеством и спортом.

Цель дополнительного образования – создание условий для раскрытия и развития творческого потенциала детей на основе интересов и способностей; приобщение к социально - культурным ценностям и обеспечение предпрофильной подготовки.

Разработка данной программы вызвана необходимостью создать условия для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения обучающихся на занятиях хореографией. Это подтверждают данные опроса родителей и обучающихся МБОУ СОШ № 20 - 47 % опрошенных заинтересованы в продуктивной организации свободного времени учащихся и обеспечении дополнительным образованием (хореография), так как образовательное учреждение отдалено от центра города и в микрорайоне железнодорожников отсутствуют учреждения дополнительного образования.

Дополнительная образовательная программа «Хореография в общеобразовательной школе», рассчитана на 7 лет обучения учащихся в возрасте 10 – 17 лет.

Настоящая программа позволяет учащимся поддерживать интерес к творческой хореографической деятельности через объединение в комплекс хореографических дисциплин по ритмике, классическому, народному, современному танцу, партерному экзерсису, актерскому мастерству.

Данная программа ориентирует педагогов на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Концептуальные положения программы

- ✓ все дети способны научиться танцевать;
- ✓ творческие способности существуют параллельно и независимо от общих и специальных способностей;
- ✓ творчеству, как любой деятельности, можно учиться;
- ✓ коллективная деятельность – пространство творческого развития учащихся;

Цель: развитие творческих способностей, предметной, ключевых компетенций (коммуникативная и компетенция личностного совершенствования) учащихся средствами хореографии.

Для достижения поставленной цели определены следующие **задачи:**

- 1.Познакомить учащихся с лучшими образцами мировой культуры в области музыки и хореографии. Дать теоретические знания по всем направлениям хореографического искусства.
- 2.Способствовать формированию интереса к хореографическому искусству, развивать музыкальный и эстетический вкус на занятиях хореографией.
- 3.Создать условия для формирования предметной, ключевых компетенций (коммуникативная и компетенция личностного совершенствования) средствами хореографического искусства.

В рамках реализации данной программы использованы педагогические технологии, в которых развитие творческих способностей обучающихся является приоритетной целью:

- ✓ Технология творческого развивающего обучения, в соответствии с которой последовательно формируются творческие способности личности на основе свободного выбора ребенком внеурочной деятельности (И. П. Волков).
- ✓ Технология коллективных творческих дел (И. П. Иванов).

Принципы построения программы: доступность, системность, последовательность, преемственность.

При организации образовательного процесса используются традиционные группы методов обучения: наглядные, словесные, практические.

Основными формами осуществления образовательного процесса являются: занятия индивидуальные, групповые, мастер – классы, обучающие семинары – практикумы, концертная деятельность.

Обучение проводится в три этапа: подготовительный, основной, заключительный.

На подготовительном этапе обучения учащиеся осваивают основы ритмики, танцевально - ритмической гимнастики, игротанцев, музыкально - подвижных игр, креативной гимнастики, элементарных основ классического, народного и современного танца. На основе проученных движений и с учетом возрастных особенностей воспитанников подбирается танцевальный репертуар и проводится постановочно-репетиционная работа.

На основном этапе обучения учащиеся совершенствуют полученные знания, продолжается изучение классического, народного и современного экзерсиса, партерного экзерсиса, постановочно-репетиционной работы, основ актерского мастерства.

На заключительном этапе обучения воспитанники совершенствуют исполнительское мастерство, закрепляют и развивают полученные хореографические умения и навыки, интенсивно пополняют знания в области хореографического искусства. Сложная драматургия и музыкальный материал выстраивается в более сложную постановочно – репетиционную работу.

При работе по данной программе педагог может корректировать учебный план каждой отдельной учебной группы для реализации дифференцированного подхода.

Оценка эффективности реализации программы проходит в два этапа: внутренняя экспертиза, внешняя экспертиза. Они проводятся в конце каждого года обучения.

Внутренняя экспертиза – это творческий экзамен – форма проверки освоения программного материала. Творческий экзамен проводится в виде открытого занятия и отчетного концерта в образовательном учреждении для родителей, итог которого отражает «карта творческих достижений учащегося».

Внешняя экспертиза – это оценка специалистов в области хореографии, а так же достижения учащихся на городских, региональных, всероссийских, международных фестивалях – конкурсах.

Условия реализации программы.

Зеркальный класс со станками. Музыкальный центр. Гимнастические коврики. Маты. Форма для занятий: у девочек гимнастический купальник, трико или шорты.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Подготовительный этап рассчитан на 2 года обучения для обучающихся в возрасте 10 - 12 лет.

В период 10 - 12 лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально–ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых обще-развивающих упражнениях. Эффективность в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно–сосудистую, дыхательную и нервные системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными комбинациями, которые отвечают возрастным особенностям учащихся, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей учащегося.

Цель подготовительного этапа обучения: формирование у воспитанников интереса к занятиям хореографией и освоение ими основ ритмики – хореографии.

Задачи:

4. формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр;
5. укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии;
6. воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

Структура занятия:

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал (марш);
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- разминка.

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами, танцами;

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.

Занятия на подготовительном этапе обучения проводятся три раза в неделю по 45 минут каждое. Желательное количество учащихся в группе 15 человек.

Программа подготовительного этапа обучения включает в себя следующие разделы:

1 раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Представлен образно-танцевальными композициями, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на обучающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для учащихся различных возрастных групп.

2 раздел «Игроритмика»

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей обучающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно-правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

3 раздел «Игрогимнастика»

Служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшем обучении. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и упражнения для укрепления осанки.

4 раздел «Игротанцы»

Направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры человека. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость обучающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, комбинации и такие танцевальные формы как народный, классический, современный и ритмические танцы.

5 раздел «Музыкально-подвижные игры»

Содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности школьника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование.

6 раздел «Креативная гимнастика»

Предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей учащихся, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Учебно-тематический план подготовительного этапа обучения

№ п/п	Дисциплина	Кол-во часов		Всего часов	Форма контроля	
		теория	практика		I полугодие	II полугодие
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП						
<i>Первый год обучения</i>						
1	Ритмика–хореография	-	102	102	Открытое занятие	Отчетный концерт
Итого часов в год:				102		

<i>Второй год обучения</i>						
1	Ритмика–хореография	-	102	102	Открытое занятие	Отчетный концерт
<i>Итого часов в год:</i>				102		

Прогнозируемый результат подготовительного этапа обучения.

В обучении: учащиеся умеют выделять сильную долю, слушать и просчитывать музыку, начинать движение после музыкального вступления, на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки. Знают позиции рук, ног, умеют ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн. Знают и умеют выполнять элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса проученные на подготовительном этапе обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы.

В развитии: учащиеся свободно контактируют с педагогом, адекватно реагируют на его замечания, любят быть в центре внимания на концертных выступлениях и открытых занятиях. Развивается любовь к искусству танца через посещение концертов и театральных постановок.

В воспитании: воспитанники уважительно относятся к педагогу и всем воспитанникам коллектива, помогают друг другу в трудной ситуации, поздравляют с днем рождения и другими праздниками.

Основной этап рассчитан на 3 года обучения для учащихся 13 – 16 лет. Каждый год обучения предполагает освоение определенного минимума умений, знаний, умений и навыков по хореографии.

Цель основного этапа обучения: совершенствование у учащихся полученных знаний, умений и навыков, развитие их творческих способностей через осмысленное содержание и воплощение его в танце.

Задачи:

4. совершенствование у обучающихся полученных знаний, умений и навыков путем усложнения координации и убыстрения темпа исполнения упражнений и танцевальных элементов;
5. развитие художественно – творческих способностей, самостоятельности, инициативы;
6. воспитание целеустремленности, настойчивости, творческой активности и фантазии.

Специфика построения занятия зависит от методики преподавания хореографической дисциплины – классический, народный, современный танец.

Программа основного этапа обучения включает в себя следующие дисциплины:

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом – его главное воспитательное значение.

Народный танец является одним из действенных средств, приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества, дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов.

Значительная роль народного танца в национальном, интернациональном и патриотическом воспитании школьников.

Современный танец и музыка благодаря большой популяризации средствами массовой информации и всеобщей доступности, пользуются наибольшим интересом у подрастающего поколения, поэтому является не только воспитывающим и обучающим звеном программы, но и приобретают значение одного из решающих факторов в формировании массовой культуры школьников. Он, как ни какой другой позволяет наиболее комплексно воспитать тело танцора, что немаловажно в повседневной практической работе, когда исполнителю приходится сталкиваться с балетмейстерами различного стиля, различных направлений и систем.

Партерный экзерсис, или упражнения на полу, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению незначительных физических недостатков.

Постановочно – репетиционная работа на всех годах обучения занимает особое место. Для удовлетворения спроса на концертную деятельность каждый год репертуар коллектива обновляется на 1 - 2 номера для каждой группы, что требует значительных затрат времени, поэтому для постановочно – репетиционной работы отводится следующее количество времени:

- среднее звено до 20 минут в течении занятия;
- старшие школьники до 30 минут.

В процессе создания концертного репертуара коллектива учитываются возрастные особенности участников композиции и индивидуальные особенности каждого исполнителя.

Учебно-тематический план основного этапа обучения

ОСНОВНОЙ ЭТАП						
Третий год обучения						
1	Классический танец	2	20	22	Открытое занятие	Отчетный концерт
2	Современный танец	4	46	50	Открытое занятие	
3	Партерный экзерсис	2	18	20	Открытое занятие	
4	Постановочно-репетиционная работа	1	9	10		
Итого часов в год:				102		
Четвертый год обучения						
1	Классический танец	2	25	27	Открытое занятие	Отчетный концерт
2	Современный танец	2	45	47	Открытое занятие	
3	Партерный экзерсис	-	10	10	Открытое занятие	
4	Постановочно-репетиционная работа	2	16	16		

Итого часов в год:				102		
Пятый год обучения						
1	Классический танец	2	20	22	Открытое занятие	Отчетный концерт
2	Народный танец	8	26	34	Открытое занятие	
3	Современный танец	-	35	35	Открытое занятие	
5	Постановочно-репетиционная работа	-	11	11		
Итого часов в год:				102		

Прогнозируемый результат основного этапа обучения.

В обучении: учащиеся знают терминологию изучаемых направлений хореографии, знают и умеют исполнять экзерсис у станка и на середине зала по изучаемым направлениям хореографии. Знают методику построения занятий. Умеют соединять элементарные движения в танцевальные комбинации и выстраивать из них этюды.

В развитии: учащиеся, обучающиеся в коллективе, отличаются адекватной быстротой реакции на слова педагога, хорошей двигательной памятью, умением рассчитывать свои силы, соотносить свои движения с движениями партнера, самостоятельно и быстро построиться в любую заданную фигуру или рисунок танца. Укреплены мышцы корпуса, рук, ног, формируется правильная осанка. Хорошее физическое развитие детей позволяет приступить к изучению и исполнению более сложной техники.

В воспитании: коллектив стал дружным, сплоченным, развито чувство взаимовыручки. Формируются азы общей сценической культуры. Привиты основные этические правила поведения на сцене и в жизни.

Заключительный этап рассчитан на 2 год обучения учащихся в возрасте 16 – 18 лет.

Целью данного этапа является: закрепление и совершенствование полученных учащимися знаний, умений и навыков, формирование исполнительского мастерства и предпрофильная подготовка.

На заключительном этапе решаются следующие задачи:

7. развитие творческого потенциала учащихся, через осмысленное содержание и воплощение его в танце;
8. совершенствование исполнительского и актерского мастерства, ориентировка на успехи и достижения;
9. пробуждение интереса к профессии.

Основой данного этапа является репетиционно – постановочная работа, продолжается обучение по всем направлениям деятельности с более совершенной техникой исполнения всех элементов и значительной силовой нагрузкой.

Ведущим в изучении данного этапа должен быть принцип сознательного обучения. Осознанное исполнение каждого движения, каждой комбинации расширит индивидуальные исполнительские возможности учащегося и будет способствовать повышению уровня их профессиональной подготовки.

Учебно-тематический план заключительного этапа обучения

№ п/п	Дисциплина	Кол-во часов		Всего часов	Форма контроля	
		теория	практика		І полугодие	ІІ полугодие
Шестой год обучения дети(16 лет)						
1	Классический танец	2	40	42	Открытое занятие	Отчетный концерт
2	Народный танец	4	40	44	Открытое занятие	
3	Современный танец	-	68	68	Открытое занятие	
5	Постановочно-репетиционная работа	-	50	50		
Итого часов в год:				204		
Седьмой год обучения						
1	Классический танец	2	32	34	Открытое занятие	Отчетный концерт
2	Народный танец	2	32	34	Открытое занятие	
3	Современный танец	-	80	80	Открытое занятие	
5	Постановочно-репетиционная работа	-	56	56		
Итого часов в год:				204		

Прогнозируемый результат заключительного этапа обучения.

В обучении: учащиеся умеют самостоятельно составлять танцевальные этюды и исполнять их, используя при этом более сложную танцевальную лексику, свободно работаю на семинарах – практикумах ведущих педагогов хореографов России. Реализуют свои творческие способности в концертной деятельности и на фестивалях – конкурсах различных уровней.

В развитии: учащиеся, обучающиеся в коллективе, самостоятельно проводят занятия в младших группах коллектива, что способствует пробуждению интереса к профессии.

В воспитании: коллектив сплоченный, развито чувство взаимовыручки, взаимоуважения. Владеют правилами сценической культуры. Воспитанники коллектива пользуются заслуженным авторитетом учащихся и педагогов школы.

Обучающиеся во время обучения получают представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Обучающиеся прошедшие курс по данной программе, получают общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства, продолжать обучение в профессиональных колледжах и вузах.

Список литературы

26. Д. Баланчин Сто один рассказ о большом балете, М.: Крон-Пресс, 2000.
27. А.Я. Ваганова Основы классического танца, С - П, 2002.
28. Ю.Н. Григорович Балет. Энциклопедия, М.: Советская энциклопедия, 1981.
29. Р. Захаров Сочинение танца, М.: Искусство, 1985.
30. В. Костровицкая Сто уроков классического танца, Ленинград, 1981.
31. В. Костровицкая Школа классического танца, Ленинград: Искусство, 1986.
32. А. Климов Основы русского народного танца, М.: Искусство, 1981.
33. И.В. Лифиц Ритмика, М.: 1999.
34. Н. Моррис Музыка и танец, М.: Астрель, 2002.
35. В.Н. Никитин Энциклопедия тела, М.: Алетейа, 2000.
36. И.П. Подласый Педагогика, М.: Владос, 2000.
37. В. Парфенов Основы композиции танца, Челябинск, 2001.
38. Н. Стуколкина Четыре экзерсиса, М.: 1972.
39. Л. Степанова Народные сюжетные танцы, М.: Советская Россия, 1969.
40. Н. Серебренников Поддержка в дуэтом танце, Ленинград, Искусство, 1969.
41. Л. Смит Танцы. Начальный курс. М.: Астрель, 2001.
42. Ж.Е. Фирилева Са-Фи-Дансе, С-П.: Детство – Пресс, 2001.
43. Н. Шереметьевская Танец на эстраде, М.: Искусство, 1985. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. - М..ВЦХТ /Я вхожу в мир искусств/№4 1998, - 128с.
44. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. - М.:ВЦХТ /Я вхожу в мир искусств/ №4 2001, - 168с.
45. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. - М..ВЦХТ /Я вхожу в мир искусств/ №12 2002, -160с.
46. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. - М.: ИД «Один из лучших», 2004- 414с.
47. Фельденкрайз М. Сознание через движение: двенадцать практических уроков / Пер. с англ. М. Папуш -М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001-160с.
48. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. / Сост. Косяченко Г.С., Черникова Н.М. - Самара.: Изд-во СИПКРО, 2003-168с.
49. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. / Каргина З.А. – М.: изд-во Школьная пресса, 2007 – 96с.
50. Карта интеллектуально-творческого потенциала личности. Мониторинг образовательных результатов. Дополнительное образование, 2004, №6.
51. Приобщение школьников к творчеству. Волков И.П. М. Просвещение, 1982.
52. Игротека: вчера, сегодня, в перспективном будущем/ Московская игротека. Выпуск 3 – М.: МГДД(Ю)Т, 2003.
53. Психологические и методические аспекты подготовки учащихся к публичным выступлениям // Дополнительное образование, 2003, №10.

Департамент образования Администрации города Сургута
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20

Приложения
к образовательной программе
дополнительного образования обучающихся
по курсу
«Хореография для всех»

Образовательная область – искусство
Вид образовательной программы – модифицированная
Уровень усвоения – базовый
Возраст обучающихся – 10 – 17 лет
Срок обучения – 7 лет

Автор:

Смирнова Ольга Васильевна – учитель ритмики -
хореографии, руководитель хореографического коллектива.

г. Сургут

Содержание курса «Ритмика – хореография» подготовительного этапа обучения

1 раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Поклон. Постановка корпуса, рук, ног - «солдатики», «елочки». «Смешные человечки»; «Джазовая дорожка»; «Джазовая дорожка по точкам плана класса.

2 раздел «Игроритмика»

Приставной шаг в сторону; двойной приставной шаг; двойной приставной шаг с хлопком; приставной шаг вперед с правой ноги; приставной шаг вперед с левой ноги; «квадрат» с правой, левой ноги; «восьмерка» с правой, левой ноги; «змейка»; поворот на шагах; «шассе» с поворотом на шагах; танцевальные комбинации с хлопками на приставных шагах.

3 раздел «Игрогимнастика»

Par terre «Пяточки – носочки»; «Тюльпанчик»; «Ступеньки» правой, левой ногами и двумя ногами вместе; battement tendu вперед, в сторону с правой и левой ноги; «Флажок» с правой, левой ноги; «Кораблик»; «Книжка - раскладушка»; «Буратино»; «Читаем книжку»; «Крутые повороты»; «Бабочка»; Grand battement вперед; «Перекаты»; «Лебеди»; «Лягушка»; «Киска – хмурая, лясковая, хвостиком играет», «Гладим киску»; «Мишка косолапый»; «Паровозик»; «Телефончик»; «Березка»; «Коробочка»; «Капелька»; Grand battement назад; «Коровка».

Марш – перестроения из линий в «змейку», «круг»; перестроения из круга в два, четыре круга; перестроения из колонны в две – пять колонн; перестроения по квадрату и др.

4 раздел «Игротанцы»

«Танец маленьких утят»; «Танец на горячих углях»; «Буги – вуги»; «Снежный ком»; «Лавата»; «Пеленица»; «Передай мяч»; «Третий лишний»; «Море волнуется»; «Магазин игрушек» и др.

5 раздел «Музыкально-подвижные игры»

Бег: легкий на полупальцах «Самолетики»; Шаги на полупальцах «Веревочка»; Шаг «Цапля»; Танцевальный бег; танцевальный бег с соскоком, танцевальный бег в сочетании с подскоками, шагом польки и др.

Allegro: «Зайчики», «Лягушки»; Боковой галоп, простые прыжки, подскоки, поскок и др.

6 раздел «Креативная гимнастика»

Port de bras – «Деревья», «Птицы», «Бабочки», «Веточки – листочки», «Морские волны» и др.

Содержание курса «Классический танец»

Предмет классический танец по праву считается главным в процессе подготовки исполнителей любого профиля. И это закономерно, поскольку классический танец и его школа являются единственной всеобъемлющей системой профессионального воспитания человеческого тела, существующей уже более 400 лет. Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства. Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку.

Первый год обучения

Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук:

1. Позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я;
2. Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);
3. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);

Упражнения у станка:

1. Разогрев стопы лицом к станку;
2. Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку);
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Releve по 1-й, 2-й позиции;
5. Battement tendu jete в сторону по 1-й позиции (лицом к станку);
6. Passe par terre
7. Degage;
8. Понятие направлений en dehors, en dedans;
9. Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
10. Battements releve lents в сторону на 45 градусов;
11. Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции.

Упражнения на середине зала:

1. Поклон;
2. Demis plies по 1-й позиции;
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Battment tendu jete в сторону из 1 позиции;
5. Первое, второе и третье port de bras.

Allegro:

1. Temps leve sauté

Второй год обучения

Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук:

1. Позиции ног – 1-я, 2-я, 5-я;
2. Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я
3. Постановка корпуса (лицом к станку и на середине зала);

Упражнения у станка:

1. Разогрев стопы лицом к станку;
2. Demi plie по 1-й, 2-й, 5-й позиции;
3. Grands plies (лицом к станку);
4. Комбинация demis, grands plies;
5. Комбинация battements tendus крестом с degage;
6. Battement tendu jete крестом;
7. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
8. Battements releve lents крестом на 45 градусов;
9. Grands battements крестом.

Упражнения на середине зала:

1. Комбинация demis, grands plies по 1-й, 2-й позиции;
2. Комбинация battements tendus крестом с degage;
3. Battement tendu jete крестом;
4. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
5. Battements releve lents крестом на 45 градусов;
6. Grands battements крестом.
7. Arabesques 1-й, 2-й;
8. Позы классического танца croisee, efface.

Allegro:

1. Temps leve sauté
2. Changement de pied
3. Pas echappe

Вращения:

1. Tours chaones

Третий год обучения

Упражнения у станка:

1. Разогрев стопы лицом к станку;
2. Комбинация demis, grands plies;
3. Комбинация battements tendus крестом с degage, releve;
4. Battement tendu jete pointe;
5. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
6. Положение ноги на cou – de – pied;
7. Battements fondues (носком в пол, затем на 45 градусов);
8. Battements frappes (носком в пол, затем на 45 градусов);
9. Petit battement sur le cou – de – pied;
10. Battements releve lents крестом на 90 градусов;
11. Grands battements.

Упражнения на середине зала:

1. Комбинация demis, grands plies по 1-й, 2-й, 5-й позиции;
2. Комбинация battements tendus с degage, releve;
3. Battement tendu jete pointe;
4. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
5. Battements releve lents крестом на 90 градусов;
6. Grands battements;
7. Temps lie par terre;
8. Подготовка к турам из 5-й позиции.

9. Arabesques 3-й, 4-й;
10. Позы классического танца ecartee.

Allegro:

1. Temps leve sauté
2. Changement de pied
3. Pas echappe
4. Pas assemble;
5. Sissonne simple en face.

Вращения:

1. Tours chaones;
2. Tours soutenus.

Четвертый год обучения

Упражнения у станка:

1. Комбинация demis, grands plies;
2. Комбинация battements tendus в малых и больших позах;
3. Battement tendu jete pointe в малых и больших позах;
4. Demi rond de jambe en dehors, en dedans на 45 градусов;
5. Комбинация battements fondues на 45 градусов;
6. Комбинация battements frappes на 45 градусов;
7. Rond de jambe en lair;
8. Battements developpes крестом на 90 градусов;
9. Комбинация grands battements в малых и больших позах.

Упражнения на середине зала:

1. Комбинация demis, grands plies;
2. Комбинация battements tendus в малых и больших позах;
3. Battement tendu jete pointe в малых и больших позах;
4. Demi rond de jambe en dehors, en dedans на 45 градусов;
5. Комбинация battements fondues на 45 градусов;
6. Комбинация battements frappes на 45 градусов;
7. Rond de jambe en lair;
8. Battements developpes крестом на 90 градусов;
9. Комбинация grands battements в малых и больших позах.
10. Temps lie par terre;
11. Tours с 5-й позиции en dehors, en dedans.
12. Port de bras.

Allegro:

1. Temps leve sauté
2. Changement de pied
3. Pas echappe
4. Pas assemble;
5. Sissonne simple en face.

Вращения:

1. Tours chaones;
2. Tours soutenus.

Пятый год обучения

Все упражнения классического экзерсиса у станка и на середине зала выполняются на высоких полупальцах и по позам классического танца.

Упражнения у станка:

1. Комбинация demis, grands plies;
2. Комбинация battements tendus в малых и больших позах;
3. Battement tendu jete pointe в малых и больших позах;
4. Комбинация rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
5. Комбинация battements fondues;
6. Комбинация battements frappes;
7. Комбинация rond de jambe en l'air;
8. Комбинация battements developpes;
9. Комбинация grands battements в малых и больших позах.

Упражнения на середине зала:

1. Комбинация demis, grands plies;
2. Комбинация battements tendus в малых и больших позах;
3. Battement tendu jete pointe в малых и больших позах;
4. Комбинация rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
5. Комбинация battements fondues;
6. Комбинация battements frappes;
7. Комбинация rond de jambe en l'air;
8. Комбинация battements developpes;
9. Комбинация grands battements в малых и больших позах.
10. Temps lie par terre;
11. Tours с 4-й, 5-й позиции en dehors, en dedans.
12. Port de bras.

Allegro:

1. Temps leve sauté
2. Changement de pied
3. Pas echappe
4. Pas assemble;
5. Sissonne simple en face.

Вращения:

1. Tours chaones;
2. Tours soutenus.

Содержание курса «Русский народный танец»

Развитие русского народного танца тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений. Разнообразие русского народного танца, хороводы, кадрили, переплясы и пляски, объединяют в себе сюжеты лирические, игровые, веселые и удалые. В танцах часто можно встретить как простые, так и очень сложные движения, движения с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец достаточно широко может быть представлен, и поэтому предлагается его освоение в течение основного этапа обучения.

Русский танец вводится на основном этапе, когда обучающиеся знают основные упражнения классического экзерсиса и умеют правильно выполнять их.

ПОЗИЦИИ НОГ

➤ **Пять прямых.**

1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп,

2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга,

3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой,

4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы,

5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

➤ **Пять свободных.**

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

➤ **Две закрытые.**

1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны.

2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

ПОЗИЦИИ И ПОЛОЖЕНИЯ РУК

➤ **Семь позиций**

1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

6-я – обе руки, согнутые в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

➤ **Подготовительное положение**

Обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

1-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями: пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Первый год обучения

Основные положения ног: позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые.

Основные положения рук: подготовительное, первое и второе положения рук; подготовка к началу движения; положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Элементы русского народно-сценического танца:

1. Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения.
2. Поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы: одинарные (женские), тройные.
4. Перетопы тройные.
5. Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка.
6. Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад.
7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
8. «Гармошка»
9. «Елочка»
10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции.
11. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции, по 1-й прямой позиции.
12. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).
13. Бег на месте и с продвижением вперед и назад на полупальцах.
14. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
15. «Веревочка» простая.
16. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом
17. «Ключ» простой (с переступаниями)

Второй год обучения

Упражнения у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (preparation): движение руки, движение руки в координации с движением ноги.
3. Переводы ног из позиции в позицию: скольжение стопой по полу (battements tendus), броском работающей ноги на 25 – 30 градусов, поворотом стопы.
4. Приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям (музыкальный размер $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$): полуприседания (demi plie), полное приседание (grand plie).
5. Приседания по прямым и открытым позициям, переводя ноги указанными приемами. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$.
6. Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1-й прямой позиции на каблук; (музыкальный размер $\frac{4}{4}$), с полуприседанием (demi plie) на опорной ноге, с полуприседанием в исходной позиции.

7. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4): с полуприседанием (*demi plie*) на опорной ноге, с полуприседанием в исходной позиции.
8. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4): с полуприседанием в исходной позиции, в момент перевода работающей ноги на каблук, при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию.
9. Маленькие броски (*battements tendus jetes*) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8): с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание; с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги; с полуприседанием на опорной ноге, с двойными бросками.
10. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ногой по опорной (музыкальный размер 2/4, 4/4): в открытом положении на всей стопе, в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.
11. Развертывание работающей ноги на 45 градусов (*battements developpes*) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).
12. Подготовка к «четке» (*flic-flac*), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4, 4/4): в прямом положении вперед одной ногой, двумя ногами поочередно.
13. Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4): из 1-й прямой позиции, с шага, лицом к станку.
14. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер $\frac{3}{4}$, 4/4).

Элементы русского народно – сценического танца

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение), музыкальный размер 2/4, 4/4.
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом.
4. «Шаркающий шаг»: каблуком по полу, полупальцами по полу.
5. «Переменный шаг»: с притопом и продвижением вперед и назад, с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.
6. «Девичий ход» с переступаниями
7. Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги, с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.
8. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.
9. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад.
10. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
11. «Веревочка» с двойным ударом полупальцами, простая с поочередными переступаниями, двойная с поочередными переступаниями.
12. «Ковырялочка» с подскоками.
13. «Ключ» простой на подскоках.
14. Дробные движения: простая дробь на месте; тройная дробь (поочередное выстукивание всей стопой) на месте и с продвижением вперед; простая дробь полупальцами на месте; дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

Третий год обучения

Упражнения у станка:

1. Приседания по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски (battements tendus jetes): с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад; с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад; сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
4. Круговые скольжения по полу (rond de jambe par terre): носком с остановкой в сторону или назад; ребром каблука с остановкой в сторону или назад.
5. Повороты стопы (pas tortille): одинарные, двойные.
6. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов (battements fondus): на всей стопе, с подъемом на полупальцы.
7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
8. Развертывание ноги на 90 градусов (battements developpes) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие)
9. Подготовка к «четке» (flic-flac) в открытом положении вперед, в сторону и назад.
10. Повороты: плавный, на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (soutenu en tournant); поворот на одной ноге внутрь и наружу (pirouette en dedans en dehors) с другой, согнутой в колене.
11. Выстукивания по 1-й прямой позиции.
12. Большие броски (grands battements) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад: с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги, с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.
13. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании. Вперед, в сторону и назад.
14. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

Элементы русского народно-сценического танца: Музыкальный размер 2/4, 4/4.

1. «Ключ» с двойной дробью.
2. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
3. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
4. Дробь в «три ножки».
5. «Моталочка»: с задеванием пола каблуком, с акцентом на всю стопу, с задеванием пола полупальцами, с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
6. «Маятник» в прямом положении.
7. Основной русский ход (академический).
8. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
9. Вращения: на подскоках с продвижением вперед по диагонали, с движением «молоточки», с откидыванием ног назад.

Четвертый год обучения

Упражнения у станка:

1. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.

2. Скольжение стопой по полу (battements tendus): с поворотом ноги в закрытое положение в сторону, с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.
3. Маленькие броски (battements tendus jetes) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.
4. Круговые скольжения по полу (rond de jambe par terre): ребром каблука около опорной ноги, носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
5. Полуприседания на опорной ноге на 90 градусов (battements fondus): на всей стопе, с подниманием на полупальцы, с наклоном корпуса в координации с движением руки.
6. Подготовка к «веревочке»: в открытом положении, с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
7. Развертывание ноги на 90 градусов (battements developpes) с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад: плавное, резкое в координации с движением руки.
8. «Чечетка» (flic-flac) с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя: в прямом положении, в открытом положении вперед, в сторону и назад.
9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку): в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой, в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
10. Большие броски (grands battements) полукругом на всей стопе: с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balancoirs).

Элементы русского народно – сценического танца.

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы (pas bourree).
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Маятник» в поперечном движении.
5. «Веревочка»: простая и двойная с перетопами, простая и двойная с «ковырялочкой», простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая на щиколотке спереди или сзади, простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции, простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360 градусов в приседании на полупальцах.
6. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
7. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
8. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в сторону на каблук или всю стопу.

Содержание курса «Современный танец»

Танец – вид искусства, посредством которого раскрывается внутренний мир человека, художественный образ. Танец позволяет развить видение, понимание музыкального произведения, выразить его через пластику своего тела, раскрыть сюжетную линию, показать различную стилевую особенность.

Более 70 лет Россия по целому ряду причин была оторвана от процесса развития мирового хореографического искусства. Но, наконец, стены рухнули, и вот уже более десяти лет наше хореографическое искусство пытается влиться в общемировой процесс развития современной хореографии.

Джазовый танец - танец эмоций, танец энергии и силы. Он стал второй системой танцевального искусства со своей стилистикой, лексикой и главной школой.

В современном танце, особенно в джазе и модерне каждый педагог создает свою школу. И ценность педагога хореографа определяется именно его самобытностью и неповторимостью.

Первый год обучения.

Основные положения ног и рук.

1. Положения ног: 1 параллельная позиция; 1-аут - аналогична 1 позиции классического танца; 2 параллельная - стопы находятся точно под бедрами; 2-аут - аналогична 2 позиции классического танца.
2. Положения рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев.

1. Движения заимствованные из классического танца: Подъемы и опускания на полупальцы (releve) в сочетании с plie; Demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Battement tendu; Battement tendu jete по параллельным позициям с вытянутой стопой.
2. Движения заимствованные из танца модерн или других систем хореографии: Catch step - движение аналогично degage классического танца, Kick (пинок)

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Flat back - положение, в котором спина, голова и руки составляют одну плоскость; Roll down и roll up.
2. Спирали: Body roll – волна; Contraction; Release.

Изоляция.

Первоначально все движения изучаются в чистом виде. Голова; Плечи; Грудная клетка; Таз (пелвис); Руки; Ноги.

Второй этап обучения - соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, полукруг, круг.

Партер: упражнения stretch-характера.

Кросс (шаги, прыжки, вращения)

Cross - это самая импровизированная часть урока. Кросс может быть в различных манерах и стилях современного танца. В старших классах возможны кроссовые комбинации с использованием падений, перекатов на полу и т.д.

Cross - Танцевальный шаг в развитии. Шаг, passé. Шаг накрест по точкам плана класса. Танцевальная комбинация шаг – passé с шагами накрест по точкам плана класса. Дорожка из III позиции по точкам плана класса. Поворот на шагах из III позиции по точкам плана класса.

Танцевальная комбинация – дорожка с поворотом на шагах из III позиции по точкам плана

класса. Temps leve sauté по VI, I позициям ног. Temps leve sauté с поджатыми по VI, I позициям ног.

Танцевальные комбинации зависят от фантазии педагога. Однако главное требование комбинации - ее танцевальность. На первом этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их длительность не должна превышать 32 такта. Строятся комбинации на основе изученного материала.

Второй год обучения.

Основные положения ног и рук.

1. Позиции ног аналогичны позициям первого года обучения.
2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев.

1. Движения заимствованные из классического танца: Подъемы и опускания на полупальцы (releve) в сочетании с plie; Demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Battement tendu; Battement tendu jete по параллельным и выворотным позициям с вытянутой и сокращенной стопой;
2. Движения заимствованные из танца модерн или других систем хореографии: Prance - это движение для развития подвижности стопы; Pas tortille - передвижение стопы по полу приемом «гармошки».

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Roll down и roll up.
2. Спирали: Body roll – волна; Contraction; Release.

Изоляция.

Координация изолированных центров - соединение движения двух и более центров в одной комбинации: Голова; Плечи; Грудная клетка; Таз (пелвис); Руки; Ноги.

Партер: упражнения stretch-характера.

Кросс (шаги, прыжки, вращения): «Шассе» по точкам плана класса; Танцевальная комбинация с колесом; Галоп. Танцевальная комбинация с галопом; Танцевальный бег; Танцевальный бег с соскоком; Танцевальный бег с поворотом ноги от колена; Танцевальная комбинация – бег с поворотом ноги от колена и поворотом на шагах с правой и левой ноги; Поскок; Подскоки; Комбинации; «Флажок» ; Танцевальный бег с подбивкой в развитии.

Танцевальные комбинации.

Третий год обучения.

Основные положения ног и рук.

1. Позиции ног аналогичны позициям первого года обучения.
2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев.

1. Движения заимствованные из классического танца: Комбинация demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Комбинация battement tendu; Комбинация battement tendu jete по параллельным и выворотным позициям с вытянутой и сокращенной стопой.

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Roll down и roll up; Side stretch - наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается.
2. Изгибы торса: Arch - изгиб позвоночника назад.

Изоляция.

Координация.

Работа двух изолированных центров в параллель и оппозицию, перемещение в пространстве. Шлифуются навыки, полученные на первом и втором году обучения.

Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. Соединение движений двух центров в различных ритмических рисунках.

Уровни.

Наиболее распространенные варианты уровней.

Стоя: на полупальцах - верхний уровень; на всей стопе - средний уровень; колени согнуты - нижний уровень.

«На четвереньках»: опора на руках и коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

На коленях: стоя на двух коленях; стоя на одном колене, другая нога на полу открыта в любом направлении.

Сидя: frog-position (колени согнуты, стопы вместе); ноги вместе вытянуты вперед - первая позиция; ноги разведены в стороны - вторая позиция; положение «swastica», но стопы плотно прижаты к ягодицам - третья позиция; положение «swastica», колени согнуты под прямым углом, одна нога впереди торса, другая сзади, бедра плотно прижаты к полу - четвертая позиция; ноги согнуты в коленях, щиколотки скрещены - пятая позиция. Пятая позиция ног в положении сидя имеет два варианта. Первый, когда колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой в положении point. Другой вариант – pinch - позиция, когда одна голень находится перед другой, т.е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, голени плотно лежат на полу; положение, когда колени согнуты и соединены, стопы стоят на полу параллельно; соссух-позиция - колени вместе подняты в воздух, голень параллельна полу, опора на нижние кости таза, спина вытянута и немного отклонена назад; джазовый шпагат - нога впереди вытянута, а сзади согнута; положение, сидя на одном бедре - колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола; crossed swastica - «скрещенная свастика», бедра плотно прилегают к полу. Одна нога скрестно перед другой. Стопа стоит на полу, колено направленно вверх. При исполнении с правой ноги, правая стопа располагается около левого колена с внешней стороны, мизинец правой ноги прижат к колену левой ноги.

Лежа: на спине; на животе; на боку.

Эти упражнения состоят из последовательного перемещения исполнителя из уровня в уровень.

1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».

2. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8,4,2 счета.

Партер: упражнения stretch-характера.

Третий год обучения предполагает выполнение упражнений stretch-характера в различных положениях: у станка, на середине зала, в партере.

Кросс (шаги, прыжки, вращения): Джазовый шаг (выпад, 2 шага на п/п) в развитии; Джазовый бег (стелящийся); «Триплет» - комбинация трех шагов на два счета; «Триплет» в повороте; «Триплет» с поворотом; Grand battement вперед, в сторону; Grand battement в повороте; «Ножницы» с pas chasse; «Пистолет» в сторону; Трех шаговый поворот; Tour chaine на полупальцах

Адажио. Battement releve lent;

Grand battement

Танцевальные комбинации.

Третий год обучения предполагает комбинации на 16 тактов с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней.

Четвертый год обучения.

Основные положения ног и рук.

1. Позиции ног: 5-аут - аналогична классической.
2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев:

1. Движения заимствованные из классического танца: Комбинация demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Комбинация battement tendu; Комбинация battement tendu jete по параллельным и выворотным позициям с вытянутой и сокращенной стопой; Rond de jambe par terre в соединении с ранее изученными элементами модерн-джаз танца; с подъемом на 45 градусов; с сокращенной стопой (flex).

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Roll down и roll up; Side stretch - наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается; Deep body bend - глубокий наклон вперед, ниже чем на 90 градусов.
2. Изгибы торса: Curve (керф) - изгиб верхней части позвоночника вперед или в сторону; Twist торса - движение, начинающееся с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения.
3. Упражнения для позвоночника в партере. Все виды движений для позвоночника, которые были рассмотрены в разделе «Разогрев» могут быть использованы в партере. Это - наклоны торса, изгибы торса, спирали, body roll, contraction, release.

Изоляция.

Координация. Работа двух изолированных центров в параллель и оппозицию, перемещение в пространстве. Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. Соединение движений двух центров в различных ритмических рисунках.

Уровни.

1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».
2. Переходы из уровня в уровень, смена положения.

Партер: упражнения stretch-характера.

Кросс (шаги, прыжки, вращения): Grand battement в сторону комбинация с kick, 45°, 90°; Grand battement комбинация с поворотом через passé; Grand battement комбинация с pas chasse и поворотом на шагах; Grand battement – «водоросли»; «Пистолет» в повороте назад; «Тюльпан».

Адажио. Комбинация battement releve lent на 90 градусов

Комбинация grand battement.

Танцевальные комбинации.

Четвертый год обучения предполагает комбинации на 32 такта с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней.

Пятый год обучения.

Основные положения ног и рук.

1. Позиции ног: 4 параллельная позиция; 4-аут - аналогична классической; 5-аут - аналогична классической.
2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев:

1. Движения заимствованные из классического танца: Комбинация demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Комбинация battement tendu; Комбинация

battement tendu jete по параллельным и выворотным позициям с вытянутой и сокращенной стопой; Rond de jambe par terre в соединении с ранее изученными элементами модернджаз танца; с подъемом на 45 градусов; с сокращенной стопой (flex). Соединение разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Roll down и roll up; Side stretch - наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается; Deep body bend - глубокий наклон вперед, ниже чем на 90 градусов.
2. Изгибы торса: Curve (керф) - изгиб верхней части позвоночника вперед или в сторону; Twist торса - движение, начинающееся с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения.
3. Упражнения для позвоночника свингового характера: Drop (падение); Swing (раскачивание).

Изоляция.

На пятом году обучения работа всех изолированных центров объединяется в комплексы изоляций, становятся более сложные соединения в геометрические комбинации.

1. Голова: комбинации из движений и геометрических фигур изученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.

2. Плечи: комбинации из движений, изученных ранее; разноритмические комбинации; соединение с движениями других центров.

3. Грудная клетка: полукруги и круги в горизонтальной и вертикальной плоскости; соединение в комбинации движений, изученных ранее; разноритмические комбинации.

4. Таз: соединение в комбинации изученных движений; jelly roll; полукруги кругиодним бедром.

5. Руки: комбинации из движений, изученных ранее; соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.

6. Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее; соединение движений ног с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спирали, твист, contraction, release).

Уровни.

1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».
2. Переходы из уровня в уровень, смена положения.

Партер: упражнения stretch-характера.

1. **Кросс (шаги, прыжки, вращения):** Grand battement в сторону с kick со сменой ноги на шагах; Grand battement в сторону с ногой согнутой в колене; Выпады с шагом накрест и наклоном корпус; «Джейран»; «Перекидной»; Tour chaine с изменением уровня вращения (на всей стопе, на demi plie); Pas chasse – rond; Pas chasse – rond – body roll; Pas chasse - rond с прогибом корпуса назад; «Падающий»; Pas jete; Pas de chas; Corkscrew повороты - повороты аналогичные soutenu en tournant в классическом танце.

Адажио. Позы и положения: a la seconde, attitude, epaulment, arabesque;

Вспомогательные и динамические движения и связующие шаги: degage, glissade;

Battement fondu flex стопы и колена;

Комбинация battement developpe flex стопы и колена;

Комбинация grand battement

Танцевальные комбинации.

Пятый год обучения предполагает развернутые комбинации на 64 такта с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней.

Содержание курса «Партерный экзерсис»

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционному классическому, народному, современному экзерсису у станка и на середине зала, требующему высокого физического напряжения. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

1. Упражнения, способствующие растягиванию ахилловых сухожилий, стоп, подколенных мышц и связок.
2. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.
3. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
4. Растягивание мышц и связок спины, особенно поясницы.
5. Упражнения для гибкости позвоночника.
6. Укрепление мышц спины и позвоночника.
7. Упражнения для развития эластичности мышц плечевого пояса.
8. Упражнения для развития выворотности и танцевального шага.
9. Различные варианты растяжек.

1.2 Владение специальной терминологией (по основным направлениям деятельности)	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<p>(объем усвоения знаний составляет более ½);</p> <ul style="list-style-type: none"> максимальный уровень (учащийся усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период) минимальный уровень (учащийся, как правило, избегает употребления специальной терминологии) средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой); <p>максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)</p>	<p>10</p> <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p>	Собеседование, наблюдение.
<p>2. Практическая подготовка ребенка:</p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)</p> <p>2.2. Творческие навыки</p>	<p>Соответствие практических умений и навыков учащегося программным требованиям</p> <p>Уровень исполнительского мастерства (чистота исполнения,</p>	<ul style="list-style-type: none"> минимальный уровень (учащийся овладел менее чем ½предусмотренных программой умений и навыков); средний уровень (объем усвоения умений и навыков составляет более ½); максимальный уровень (учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренных программой за конкретный период) минимальный уровень средний уровень максимальный уровень 	<p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>1</p> <p>5</p>	<p>Творческий экзамен в форме открытого занятия</p> <p>Творческий экзамен в форме отчетного концерта</p>

	синхронность); художественная выразительность (артистичность)		10	
Итого:				

Динамика результатов освоения предметной деятельности конкретным ребенком отражается в карте творческих достижений учащегося (Таблица 2). Педагог два раза в год (в начале и в конце учебного года) проставляет баллы, соответствующие степени выраженности оцениваемого качества у ребенка. Кроме этого, в конце карточки выделена специальная графа «Предметные достижения обучающегося», выполняющую роль «портфолио», где фиксируются наиболее значимые достижения ребенка в сфере деятельности, изучаемой образовательной программой. Здесь могут быть отмечены результаты участия ребенка в акциях, фестивалях - конкурсах, концертной деятельности и т.д.

Таблица 2

**Карта творческих достижений учащегося
образцового детского хореографического коллектива «Даксион»
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)**

Фамилия, имя ребенка _____
 Возраст _____
 Вид и название детского объединения _____
 Ф. И. О. педагога _____
 Дата начала наблюдения _____

Сроки диагностики Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Конец I полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года
I. Теоретическая подготовка ребенка: 1.1. Теоретические знания: а) б) в) и т.д. 1.2. Владение специальной терминологией						
II. Практическая подготовка ребенка 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) б) в) и т.д. 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением 2.3. Творческие навыки						
III. Предметные достижения обучающегося:						

<ul style="list-style-type: none"> ▪ На уровне детского объединения (кружка, студии, секции) ▪ На уровне школы (по линии дополнительного образования) ▪ На уровне района, города ▪ На всероссийском, международном уровне 						
Итого:						

Карта позволяет вести поэтапную систему контроля за обучением учащихся и отслеживать динамику образовательных результатов учащегося, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания – сравнение ребенка не только с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждую оценку нужно прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства ребенка – это поддержит его стремление к новым успехам.

Суммарный итог, определяемый путем подсчета тестового балла, дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения.

Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы

Развитие личностных качеств ребенка должно быть предусмотрено в каждой образовательной программе.

На развитие личности ребенка влияет множество факторов, а не только общение с педагогом дополнительного образования. Кроме того, достаточно непросто найти те показатели личностного развития, на основании которых можно определить их положительную динамику.

Данная методика предполагает отслеживать динамику личностного развития детей, занимающихся в системе дополнительного образования, по трем блокам личностных качеств – организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества личности (Таблица 3). В совокупности, приведенные в таблице личностные свойства, отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов. Вместе с тем, предложенный в таблице перечень качеств может быть дополнен педагогом в соответствии с целевыми установками его программы.

Таблица 3

Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<u>I. Организационно-волевые качества:</u>				
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки	- терпения хватает меньше чем на ½ занятия - терпения хватает больше чем на ½ занятия	1 5	Наблюдение
1.2. Воля	в	- терпения хватает на все занятие	10	

1.3. Самоконтроль	течение определенного времени, преодолевать трудности. Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	-волевые усилия ребенка побуждаются извне - иногда – самим ребенком - всегда – самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	- ребенок постоянно находится под воздействием контроля из вне - периодически контролирует себя сам - постоянно контролирует себя сам	1 5 10	Наблюдение
<u>II. Ориентационные качества:</u>	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.	- завышенная - заниженная - нормальная	1 5 10	Анкетирование
2.1. Самооценка	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован ребенку извне - интерес периодически поддерживается самим ребенком - интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно	1 5 10	Тестирование
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении				
<u>III. Поведенческие качества:</u>	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	- периодически провоцирует конфликты - сам в конфликтах не участвует, старается их избежать - пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты - избегает участия в общих делах - участвует при побуждении извне - инициативен в общих делах	0 5 10	Тестирование, метод незаконченного предложения
3.1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)				
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные		0 5 10	Наблюдение, мониторинг коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС)

Технология определения личностных качеств обучающегося заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (терпение, воля, самоконтроль, самооценка, интерес к занятиям, конфликтность, тип сотрудничества) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Для удобства выделенные уровни обозначаются баллами. В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностическую беседу, метод рефлексии, метод незаконченного предложения и другие.

Технология мониторинга личностного развития ребенка требует документального оформления полученных результатов на каждого ребенка. С этой целью педагог оформляет на каждого ребенка карту учета результатов динамики личностных качеств развития ребенка (Таблица 4).

**Карта учета результатов личностного развития учащегося
образцового детского хореографического коллектива «Даксион»
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)**

Фамилия, имя ребенка _____
 Возраст _____
 Вид и название детского объединения _____
 Ф. И. О. педагога _____
 Дата начала наблюдения _____

Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Начало уч. года	Конец уч. года	Начало уч. года	Конец уч. года	Начало уч. года	Конец уч. года
I. <u>Организационно-волевые качества:</u> 1.1. Терпение 1.2. Воля 1.3. Самоконтроль						
II. <u>Ориентационные качества:</u> 2.1. Самооценка 2.2. Интерес к занятиям в детском объединении						
III. <u>Поведенческие качества:</u> 3.1. Конфликтность 3.2. Тип сотрудничества						

Карта заполняется два раза в год – в начале и в конце учебного года. При необходимости это можно делать чаще, для чего можно ввести дополнительные графы.

Полученные срезы позволяют последовательно фиксировать поэтапный процесс изменения личности каждого ребенка, а также планировать темп индивидуального развития.

К оценке перечисленных в карте личностных качеств может привлекаться сам обучающийся. Это позволит, во-первых, соотнести его мнение о себе с теми представлениями окружающих людей; во-вторых, наглядно показать ребенку, какие у него есть резервы для самосовершенствования.

«Карта творческих достижений учащегося» и «Карта учета результатов личностного развития учащегося» разработаны на основе мониторинга результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе, мониторинга личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы, индивидуальной карточке учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе (автор Каргина З.А.), с учетом вида деятельности коллектива (хореография), мониторинга коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС),

Карты позволяют вести поэтапную систему контроля за обучением учащихся, отслеживать динамику образовательных результатов, формирования предметной, коммуникативной компетенции и компетенции личностного самосовершенствования учащихся.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20

ПРОГРАММА
«Ритмика – хореография»
(5 – 8 класс)

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Программы «Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы» Автор Е.И. Мошкова, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации, М., издательство «Просвещение», 1997 г.

Программа «Ритмика – хореография» предназначена для обучающихся средней школы и рассчитана на 4 года обучения (5-8 классов) в режиме учебных занятий.

Уроки ритмики-хореографии являются фундаментом обучения для всего комплекса хореографических дисциплин.

В процессе общеучебных занятий и статичного положения у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

Занятия ритмикой – хореографией решает задачу двигательного режима школьников и способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Цель: обучение основам хореографии, создание условий для эстетического, духовного и физического развития обучающихся.

Задачи:

- 1. организация двигательного режима школьников, обеспечивающего активный отдых и удовлетворяющего естественную потребность в движении;**
- 2. обучение основам хореографического искусства.**
- 3. развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, координации, гибкости);**
- 4. развитие коммуникативных качеств обучающихся;**
- 5. воспитание у школьников эстетического, эмоционально-осознанного отношения к музыке, развитие музыкальности, чувства ритма, внутреннего слуха.**

В программу по ритмике-хореографии введены элементы детского игрового стейчинга и непосредственно элементы классической и современной хореографии. Искусство танца близко детям и любимо ими, и обычно дети, поступившие в различные творческие мастерские по хореографии в школах, систематически посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляя настойчивость и усердие в приобретении танцевальных навыков и знаний. К каждому уроку ритмики - хореографии предъявляются определенные требования, как с точки зрения его художественной ценности, так и в отношении сохранения здоровья детей, обучающихся хореографическому искусству. Это, прежде всего, касается величины физической нагрузки, ее соразмерности с возрастными показателями ребенка. Дети нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения тела для детей крайне утомительно. В то же время движения детей недостаточно координированы, запас целенаправленных двигательных навыков у них невелик, они нуждаются в его пополнении и усовершенствовании. Урок по ритмике-хореографии должны проходить с учетом следующих требований:

1. Первая часть урока включает в себя простые порядковые и ритмичные упражнения, приучающие детей внимательно слушать музыку и ритмично двигаться. Дети учатся вовремя начинать и заканчивать движение, двигаться согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Ритмические упражнения строятся на естественных движениях и позволяют отрабатывать основные двигательные навыки. Это вводная часть урока.

2. Второй этап – подготовительные упражнения. Эти упражнения даются в ограниченном числе и небольшой дозировке и исполняются на середине зала и у станка. Эти упражнения трудны для школьников из-за требований, сохранить точную форму движения. Ребенок обучается: как правильно выдвигать ногу при исполнении танцевальных движений, как нужно держать спину при выдвигании ноги, при приседании, как нужно держать руку и т.д. Дети знакомятся с позициями рук, ног, привыкают сгибать колени и вытягивать их, учатся делать прыжки и мягко приземляться.
3. Последняя часть урока отводится этюдам, танцам, играм. Каждый ритмический этюд имеет в своей основе какое-нибудь учебное задание – музыкальное, гимнастическое или организующее. Часть этюдов, игр - строится с введением танцевальных движений.

Специфика построения урока ритмики – хореографии:

1. Общеукрепляющие упражнения – 5 мин;
2. Тренаж на середине зала – 10 мин;
3. Allegro – 5 мин;
4. Повторение пройденного материала – 5 мин;
5. Разучивание нового материала – 10-15 мин;
6. Игротанцы. Игровой стрейчинг. – 5 мин.

Повторение и разучивание нового материала проходит на середине зала, в кроссе, по диагонали или по кругу в зависимости от танцевальных движений.

Игротанцы или игровой стрейчинг включается в каждый урок.

КИНЕЗОТЕРАПИЯ (в переводе с греческого кинезис) означает движение, т.е. лечение различными видами движений, в том числе и хореографией. Распространенной патологией у детей является нарушение осанки, поэтому применение метода кинезотерапии при этой патологии особенно важно. Осанка у детей может изменяться в процессе целенаправленного развития недоразвитых или ослабленных мышц. Коррекция нарушенной осанки методом хореографии основана на таких упражнениях, при выполнении которых на группах мышц с нарушенной функцией (сниженным тонусом, вялой, ослабленной) подается дополнительная физическая нагрузка. Формирование осанки начинается с исправления положения тела, исходя из естественных возможностей человека.

Кинезотерапия хореографией эффективна, экономична, а так же лояльна по отношению к ребенку в сравнении с другими методами лечения. Можно лечить искривление позвоночника на больничной койке, а можно в танце, когда ребенок и не догадывается, что при занятии любимым делом он проходит курс восстановительного лечения.

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом – его главное воспитательное значение.

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ и музыка благодаря большой популяризации средствами массовой информации и всеобщей доступности, пользуются наибольшим интересом у подрастающего поколения, поэтому уроки ритмики – хореографии в школе, базирующиеся на использовании современной музыки и хореографии, являются не только воспитывающим и обучающим звеном общей программы, но и приобретают значение одного из решающих факторов в формировании массовой культуры школьников.

БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ являются неотъемлемой частью современной хореографии, поэтому включены в программу «ритмика – хореография».

Прохождение программы опирается на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных данных учеников, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность уроков, целенаправленность учебного процесса. Без соблюдения этих условий уроки ритмики-хореографии теряют смысл в дальнейшем достижении результатов.

Программа рассчитана на 4 года обучения и намечает тот максимальный объем материала, который может быть использован педагогом с учетом в каждом конкретном случае состава класса, физических возможностей учащихся.

Программа составлена согласно учебному плану. Контрольные уроки проводятся по четвертям по билетам (практика) и в конце каждого года обучения тестирование с использованием ИКТ (теория).

Первый год обучения. (5 класс)

Основными задачами первого года обучения являются:

1. Постановка корпуса, ног, рук,
2. Развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умение согласовывать движения с музыкой.
3. Изучение элементарных танцевальных движений и соединение их в комбинации;
4. Умение исполнять танцы построенные на приставных шагах (Блюз, Меренга, Вару-вару, Давай станцуем)

I четверть

Общеукрепляющие упражнения. Элементарные движения современного танца на середине зала: приставной шаг в сторону, двойной приставной шаг в сторону, приставной шаг вперед с правой, левой ноги, прыжковые комбинации по I, II параллельным позициям. Исполнение танцевальных комбинаций из проученных элементарных движений современного танца.

II четверть

Элементарные движения современного танца на середине зала: «восьмерка», «змейка», поворот на шагах, разучивание основной комбинации танца «Блюз».

III четверть

Разучивание тренажа по современной хореографии: preparation; releves; demis, grands plies; упражнения для развития подвижности позвоночника roll down, roll up, flat back; battements tendus; battements tendus jetes; adagio - battements releves lents. Элементарные движения современной хореографии: двойной приставной шаг с kick, «шассе».

IV четверть

Танец «Блюз» в парах. «Шассе» в сторону с правой, левой ноги. Разучивание латиноамериканского танца «Меренга» по квадрату. Изучение танцев, основой которых являются приставные шаги.

Тематический план на первый год обучения (5 класс)

№ п/п	Название темы	Всего часов
I четверть.		
1.	Знакомство с дисциплиной ритмика-хореография. История хореографии.	1
2.	Поклон. Постановка корпуса. Позиции ног, рук в современной хореографии. Приставной шаг в сторону. Двойной приставной шаг.	1
3.	Разучивание разминки «Джазовая дорожка»	2
4.	Двойной приставной шаг с хлопком. Комбинация прыжков.	1
5.	Приставной шаг вперед, назад. «Квадрат».	2
6.	Танцевальные комбинации из приставных шагов.	1
итого часов в I четверти		8
II четверть		
7.	Контрольный урок «Разновидности приставных шагов, танцевальные комбинации»	1
8.	«Восьмерка» с правой, левой ноги.	1
9.	«Змейка» на 2 такта с правой, левой ноги.	1
10.	Точки плана класса. «Змейка» на 2 такта с поворотом по точкам плана класса.	1
11.	История танца «Блюз». Основная комбинация из танца «Блюз».	1
12.	Основная комбинация из танца «Блюз» с поворотом.	1
13.	Основная комбинация из танца «Блюз» по кругу.	1
14.	Контрольный урок «Элементарные движения. Основная комбинация танца «Блюз»	1
итого часов в II четверти		8
III четверть.		
15.	Preparation. Roll down, roll up.	1
16.	Комбинация demis plies, grands plies. Releves.	2
19.	Комбинация battements tendus.	1
20.	Комбинация battements tendus jetes.	1
21.	Упражнения для развития подвижности позвоночника (flat back – плоская спина).	1
22.	Adagio. Battements releves lents.	1
23.	Kick с правой, левой ноги. Двойной приставной шаг с kick.	1
24.	Повторение и закрепление тренажа по современной хореографии	1
25.	Контрольный урок «Тренаж по современной хореографии»	1
итого часов в III четверти		10
IV четверть.		
25.	«Шассе» в сторону с правой, левой ноги.	1
26.	Комбинация «шассе» с поворотом. Танец «Блюз» в парах.	2
27.	Латиноамериканский танец «Меренга».	1
28.	Изучение танцев, основой которых являются приставные шаги.	4
29.	Контрольный урок «Танцевальный репертуар 1 года обучения» - практика; тестирование с ИКТ – теория.	1
итого часов в IV четверти		9
Итого часов в год		35

Знания, умения, навыки по первому году обучения:

1. Знать постановку корпуса, позиции рук, ног;
2. Уметь согласовывать движения с музыкой;
3. Уметь исполнять элементарные движения и соединять их в комбинации;
4. Знать и уметь исполнять основные упражнения тренажа по современной хореографии;
5. Уметь исполнять танцы, построенные на приставных шагах.

Второй год обучения.

(6 класс)

Основными задачами второго года обучения являются:

1. Научить исполнять разминку и элементарные движения по точкам плана класса;
2. Развитие более сложной координации и ускорение темпа выполнение всех элементов урока;
3. Изучить особенности выполнения движений и комбинаций в кроссе;
4. Изучить тренаж второго года обучения;
5. Научить танцевать венский и фигурный вальс.

I четверть

Знакомство учащихся с точками плана класса. Разучивание разминки по точкам плана класса. Комбинации прыжков по точкам плана класса. Закрепление тренажа по современной хореографии. Кросс: танцевальный шаг, шаг - passe, шаг накрест по точкам плана класса, шаги по точкам плана класса, поворот на шагах по точкам плана класса. Комбинации из проученных элементов в кроссе.

II четверть

Разучивание тренажа по современной хореографии второго года обучения.

III четверть

История возникновения «Вальса». Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Поворот вальса вправо, влево на середине зала. Поворот вальса вправо, влево по квадрату. Поворот вальса в паре по кругу. «Венский вальс».

IV четверть

Балансе, комбинация балансе с поворотом вальса в сторону, комбинация балансе с поворотом вальса вперед на середине зала. Комбинация балансе с поворотом вальса в сторону в паре по кругу. Комбинация балансе с поворотом вальса вперед в паре. Променад, поворот под рукой. «Фигурный вальс».

Тематический план на второй год обучения (6 класс)

№ п/п	Название темы	Всего часов
I четверть.		
1.	Точки плана класса. «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.	2
2.	Кросс. Танцевальный шаг.	1
3.	Кросс. Шаг, <i>passé</i> .	1
4.	Кросс. Шаг накрест по точкам плана класса.	1
5.	Кросс. Комбинация из проученных движений.	1
6.	Кросс. Шаги по точкам плана класса.	1
7.	Кросс. Поворот на шагах по точкам плана класса.	1
итого часов в I четверти		8
II четверть		
1	Контрольный урок «Танцевальные движения и комбинации в кроссе».	1
2	Roll down, roll up.	1
3	Комбинация <i>demis, grands plies</i> .	1
4	Комбинация <i>battements tendus</i> с catch step.	1
5	Комбинация <i>battements tendus jetés</i> . Упражнения для развития подвижности позвоночника flat back.	1
6	Adagio. <i>Battements releves lents</i> .	1
7	Триплет с kick.	1
8	Контрольный урок «Тренаж по современной хореографии»	1
итого часов в II четверти		8
III четверть.		
1	История возникновения «Вальса». Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Поворот вальса вправо, влево на середине зала	1
2	Поворот вальса вправо по квадрату.	1
3	Поворот вальса влево по квадрату.	1
4	Поворот вальса в паре по квадрату.	2
5	Поворот вальса в паре по кругу.	2
6	«Венский вальс».	2
7	Контрольный урок «Венский вальс»	1
итого часов в III четверти		10
IV четверть.		
1	Балансе. Комбинация балансе с поворотом вальса в сторону на середине зала.	1
2	Комбинация балансе с поворотом вальса вперед на середине зала.	1
3	Комбинация балансе с поворотом вальса в сторону в паре по кругу	1
4	Комбинация балансе с поворотом вальса вперед в паре.	1
5	Променад, поворот под рукой.	1
6	«Фигурный вальс».	3
7	Контрольный урок «Фигурный вальс» - практика, тестирование с ИКТ – теория.	1
итого часов в IV четверти		9
Итого часов в год		35

Знания, умения, навыки по второму году обучения:

1. Уметь исполнять разминку по точкам плана класса;
2. Знать и уметь исполнять тренаж по современной хореографии второго года обучения;
3. Уметь исполнять танцевальные движения и танцевальные комбинации в кроссе;
4. Уметь исполнять сложные танцевальные движения и комбинации в быстром темпе.
5. Уметь исполнять «Венский вальс», «Фигурный вальс».

Третий год обучения.

(7 класс)

Основными задачами третьего года обучения являются:

1. Разучивание разминки с более сложными элементами по точкам плана класса.
2. Разучивание тренажа третьего года обучения.
3. Разучивание «Вальса – бостона», «Танго».
4. Исполнение движений в более быстром темпе.
5. Разучивание комбинаций в стиле RNB

I четверть

Разминка с более сложными танцевальными элементами и координацией по точкам плана класса. Разучивание тренажа по современной хореографии третьего года обучения.

II четверть

«Вальс – бостон». Открытая перемена вперед, назад с правой, левой ноги. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги. Раскрытие. Открытая перемена вперед, назад с правой, левой ноги в паре по кругу. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги в паре по кругу. «Вальс - бостон» по кругу в паре.

III четверть

RNB. Шаги и танцевальные комбинации в стиле RNB.

IV четверть

«Танго». Основной шаг. Поступательный боковой шаг. КORTE. Правый поворот. Левый поворот с выходом в положение променада. Закрытый променада. Танцевальная композиция.

**Тематический план на третий год обучения
(7 класс)**

№ п/п	Название темы	Всего часов
I четверть.		
1.	Разминка с более сложными танцевальными элементами и координацией по точкам плана класса	1
2.	Roll down, roll up. Комбинация demis, grands plies	1
3.	Комбинация battements tendus с prans.	1
4.	Комбинация battements tendus jetes.	1
5.	Упражнения для развития подвижности позвоночника.	1
6.	Положение ноги на sou – de – pied. Комбинация battements fondues.	1
7.	Battements releves lents, разбитый крест.	1
8	Комбинация grands battements	1
итого часов в I четверти		8
II четверть		
1	Контрольный урок «Тренаж по современной хореографии»	1
2	Вальс - бостон. Открытая перемена вперед, назад с правой, левой ноги.	1
3	Вальс – бостон. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги	1
4	Вальс – бостон. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги. Раскрытие.	1
5	Вальс - бостон. Открытая перемена вперед, назад с правой, левой ноги в паре по кругу.	1
6	Вальс – бостон. Зигзаг вперед, назад с правой, левой ноги в паре по кругу.	1
7	«Вальс - бостон» по кругу в паре.	1
8	Контрольный урок «Вальс бостон»	1
итого часов в II четверти		8
III четверть.		
1	RNB. Шаги и танцевальные комбинации в стиле RNB.	9
2	Контрольный урок «RNB – dance»	1
итого часов в III четверти		10
IV четверть.		
1	Танго. Основной шаг.	1
2	Танго. Поступательный боковой шаг.	1
3	Танго. Корте.	1
4	Танго. Правый поворот.	1
5	Танго. Левый поворот с выходом в положение променада.	1
6	Танго. Закрытый променада.	1
7	Танго. Танцевальная композиция.	2
8	Контрольный урок «Танго», «Вальс-бостон», RNB - практика, тестирование с ИКТ - теория	1
итого часов в IV четверти		9
Итого часов в год		35

Знания, умения, навыки по третьему году обучения:

1. Знать и уметь исполнять тренаж третьего года обучения.
2. Уметь исполнять разминку в более быстром темпе и сложными элементами по точкам плана класса.
3. Уметь исполнять танцевальные комбинации в стиле R.N.B - dance.
4. Уметь исполнять «Вальс – бостон», «Танго».

Четвертый год обучения.

(8 класс)

Основными задачами четвертого года обучения являются:

1. Знать построение тренажа по современной хореографии и уметь исполнять его.
2. Уметь исполнять латиноамериканские танцы «Ча-ча-ча», «Самбу», «Мамбу», «Кубинскую румбу».
3. Закрепить полученные знания за четыре года обучения.

I четверть

Разучивание тренажа по современной хореографии четвертого года обучения: roll down, roll up; demis, grands plies; battements tendus; комбинация battements tendus jetes – tombes; упражнение для развития подвижности позвоночника; ronds de jambes par terres; комбинация battements fondues; adagio - battements developpes; комбинация grands battements.

II четверть

«Ча – ча – ча». Основной ход. Раскрытие. Поворот. Раскрытие назад. Вепр. Тайм степ. Комбинация из проученных движений в паре.

III четверть

«Самба». Основной ход крестом. Самбоход в продвижении. Поворот в паре. Комбинация из проученных движений.

«Мамба». Основной ход. Поворот в паре. Шаги в сторону. Танцевальная комбинация.

IV четверть

«Кубинская румба». Основной ход. Раскрытие. Поворот. Раскрытие назад. Вепр. Повторение танцевального репертуара за все года обучения.

Тематический план на четвертый год обучения

(8 класс)

№ п/п	Название темы	Всего часов
I четверть.		
1	Roll down, roll up.	1
2	Комбинация demi, grand plies	1
3	Комбинация battement tendu..	1
4	Комбинация battement tendu jete. - tombe	1
5	Упражнение для развития подвижности позвоночника, rond de jambe parr	1

	terre.	
6	Комбинация battement fondu	1
7	Adagio. Battement developpe.	1
8	Комбинация grand battement.	1
	итого часов в I четверти	8
	II четверть	
1	Контрольный урок «Тренаж четвертого года обучения»	1
2	Ча – ча - ча. Основной ход.	1
3	Ча – ча - ча. Раскрытие.	1
4	Ча – ча - ча. Поворот.	1
5	Ча – ча - ча. Раскрытие назад.	1
6	Ча – ча - ча. Веер. Тайм степ.	1
7	Комбинация из проученных движений в паре	1
8	Контрольный урок «Ча – ча – ча».	1
	итого часов в II четверти	8
	III четверть.	
1	Самба. Основной ход крестом.	1
2	Самба. Самбоход в продвижении.	1
3	Самба. Поворот в паре.	1
4	Самба. Комбинация из проученных движений.	2
5	Мамба. Основной ход	1
6	Мамба. Поворот в паре.	1
7	Мамба. Шаги в сторону.	1
8	Мамба. Танцевальная комбинация.	1
9	Контрольный урок «Самба, мамба»	1
	итого часов в III четверти	10
	IV четверть.	
1	Кубинская румба. Основной ход.	1
2	Кубинская румба. Раскрытие.	1
3	Кубинская румба. Поворот.	1
4	Кубинская румба. Раскрытие назад.	1
5	Кубинская румба. Веер.	1
6	Кубинская румба. Танцевальная комбинация из проученных движений.	1
7	Повторение танцевального репертуара за все года обучения	2
8	Контрольный урок «Танцевальный репертуар курса ритмика-хореография» (практика), тестирование (теория)	1
	итого часов в IV четверти	9
	Итого часов в год	35

Знания, умения, навыки по четвертому году обучения:

1. Знать и уметь исполнять тренаж по современной хореографии.
2. Знать построение тренажа по современной хореографии.
3. Уметь исполнять весь танцевальный репертуар по программе ритмика- хореография.
4. Уметь соединять элементарные движения в танцевальные комбинации.

Список литературы

1. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие для студентов средних высших педагогических учебных заведений. – М.: издательский центр «Академия», 2002.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: издательство «Рольф», 2003.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Серия «Мир вашего ребенка». – Ростов н/Д: издательство «Феникс», 2003.
4. Буртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
5. Смит Л. Начальный курс: Перевод с английского Опрышко Е. М., ООО «Издательство Артель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.
6. Никитин В.Ю. Модерн – джаз танец. Методика преподавания. М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца, 7-е издание, стер. – СПб: издательство «Лань», 2002.
8. Современный балльный танец. Под редакцией Стриганова В.М., Уральской В.И., М.: издательство «Просвещение», 2000.
9. Литературно – музыкальный альманах «Молодежная эстрада» Танцуем, играем и поем. № 1, 2000.

Приложение к программе «Ритмика – хореография»

Материалы для контроля практических умений обучающихся по ритмике – хореографии (5 класс)

I четверть

Билет № 1

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Первая позиция рук
3. Двойной приставной шаг с хлопком на счет «4»

Билет № 2

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Шестая позиция ног
3. Приставной шаг вперед с правой ноги с хлопком на счет «1»

Билет № 3

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Вторая позиция рук
3. «Квадрат» с левой ноги

Билет № 4

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Третья позиция рук
3. Приставной шаг вперед с левой ноги с хлопком на счет «4»

Билет № 5

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Подготовительное положение рук
3. «Квадрат» с правой ноги

Билет № 6

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Вторая позиция рук
3. Танцевальная комбинация «Скрепка»

Билет № 7

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Шестая позиция ног
3. Танцевальная комбинация «Скрепка с восьмеркой»

Билет № 8

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Первая позиция рук
3. «Квадрат» с правой ноги

Билет № 9

1. Разминка «Джазовая дорожка»
2. Третья позиция рук
3. Двойной приставной шаг с хлопком на счет «1»

Билет № 10

1. Разминка «Джазовая дорожка»

2. Подготовительное положение рук
3. «Квадрат» с левой ноги

II четверть

Билет № 1

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Первая позиция рук
3. «Восьмерка» с правой ноги

Билет № 2

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Вторая позиция рук
3. «Квадрат» с правой ноги

Билет № 3

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Шестая позиция ног
3. «Восьмерка» с левой ноги

Билет № 4

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Подготовительное положение рук
3. «Квадрат» с левой ноги

Билет № 5

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Третья позиция рук
3. «Змейка» с правой ноги

Билет № 6

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Шестая позиция ног
3. Танцевальная комбинация «Скрепка»

Билет № 7

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Первая позиция рук
3. «Змейка» с левой ноги

Билет № 8

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Вторая позиция рук
3. Танцевальная комбинация «Скрепка с восьмеркой»

Билет № 9

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Третья позиция рук
3. Двойной приставной шаг с хлопком на счет «3»

Билет № 10

1. Основная комбинация танца «Блюз»
2. Подготовительное положение рук
3. Приставной шаг вперед с правой ноги с хлопком на счет «3»

III четверть

Билет № 1

1. Roll down, roll up.
2. Первая позиция рук.
3. «Восьмерка» с правой ноги.

Билет № 2

1. Комбинация battements tendus.
2. Вторая позиция рук.
3. «Квадрат» с правой ноги.

Билет № 3

1. Комбинация demis, grands plies.
2. Шестая позиция ног.
3. «Восьмерка» с левой ноги.

Билет № 4

1. Упражнения для развития подвижности позвоночника.
2. Подготовительное положение рук.
3. «Квадрат» с левой ноги.

Билет № 5

1. Adagio. Battements releves lents.
2. Третья позиция рук.
3. «Змейка» с правой ноги.

Билет № 6

1. Двойной приставной шаг с kick.
2. Вторая параллельная позиция ног.
3. Танцевальная комбинация «Скрепка».

Билет № 7

1. Комбинация battements tendus jetes.
2. Первая позиция ног.
3. «Змейка» с левой ноги.

Билет № 8

1. Комбинация demis, grands plies.
2. Вторая параллельная позиция ног.
3. Танцевальная комбинация «Скрепка с восьмеркой».

Билет № 9

1. Adagio. Battements releves lents.
2. Третья позиция рук.
3. Двойной приставной шаг с хлопком на счет «3».

Билет № 10

1. Комбинация battements tendus jetes.
2. Вторая выворотная позиция ног.
3. Приставной шаг вперед с левой ноги с хлопком на счет «3».

IV четверть

«Меренга», «Блюз», «Танец на приставных шагах».

**Материалы для контроля теоретических знаний обучающихся
по ритмике – хореографии (5 класс)**

Тест по ритмике-хореографии (5 класс)

1 Вопрос: Kick - это

Ответ1: пинок

Ответ2: подъем на полупальцы

Ответ3: прыжок

2 Вопрос: Вторая выворотная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

3 Вопрос: Demis plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: движение натянутой ноги по полу

Ответ3: маленькое приседание

4 Вопрос: Releve - это

Ответ1: приседание

Ответ2: подъем на полупальцы

Ответ3: пинок

5 Вопрос: Первая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

6 Вопрос: Упражнения для развития подвижности позвоночника - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: приседание

7 Вопрос: Сколько позиций рук

Ответ1: 4

Ответ2: 3

Ответ3: 5

8 Вопрос: Опорная нога - это

Ответ1: нога, на которой стоим

Ответ2: нога, которая выплняет движение

9 Вопрос: Battements tendus jetes - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднятие ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

10 Вопрос: Третья позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вверх

11 Вопрос: Шестая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки. носки вместе

12 Вопрос: Grands plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: маленькое приседание

13 Вопрос: Roll down, roll up - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: движение натянутой ноги по полу

14 Вопрос: Выполнить упражнение крестом - это

Ответ1: выполнить движение вперед, назад, в сторону

Ответ2: выполнить движение вперед, в сторону, назад, вперед

Ответ3: выполнить движение вперед, в сторону, назад, в сторону

15 Вопрос: Первая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

16 Вопрос: Battements tendus - это

Ответ1: движение натянутой ноги по полу

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

17 Вопрос: Вторая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

18 Вопрос: Battements releves lents - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднятие ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

19 Вопрос: Вторая параллельная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

20 Вопрос: Подготовительное положение рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

Материалы для контроля практических умений обучающихся по ритмике – хореографии (6 класс)

I четверть

Билет № 1

1. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
2. Первая позиция рук.
3. Кросс. Танцевальный шаг.

Билет № 2

1. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
2. Шестая позиция ног.
3. Кросс. Шаг, passé.

Билет № 3

1. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
2. Вторая позиция рук.
3. Кросс. Шаги накрест по точкам плана класса.

Билет № 4

1. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
2. Третья позиция рук.
3. Кросс. Комбинация шаг, passé с шагами накрест по точкам плана класса.

Билет № 5

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
5. Подготовительное положение рук.
6. Кросс. Шаги по точкам плана класса.

Билет № 6

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса
5. Вторая параллельная позиция ног
6. Кросс. Поворот на шагах по точкам плана класса.

Билет № 7

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса
5. Первая позиция ног
6. Кросс. Танцевальная комбинация шага с поворотом по точкам плана класса.

Билет № 8

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса
5. Первая позиция рук
6. Кросс. Шаг, passé.

Билет № 9

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса
5. Третья позиция рук
6. Кросс. Поворот на шагах по точкам плана класса.

Билет № 10

4. Разминка «Джазовая дорожка» по точкам плана класса.
5. Вторая выворотная позиция ног.
6. Кросс. Танцевальный шаг.

II четверть

Билет № 1

4. Roll down, roll up.
5. Первая позиция рук.
6. Кросс. Танцевальный шаг.

Билет № 2

4. Комбинация battements tendus.
5. Вторая позиция рук.

6. Кросс. Шаг, passé.

Билет № 3

4. Комбинация demis, grands plies.
5. Шестая позиция ног.
6. Кросс. Комбинация шаг, passé с шагами накрест по точкам плана класса.

Билет № 4

4. Упражнения для развития подвижности позвоночника.
5. Подготовительное положение рук.
6. Кросс. Танцевальная комбинация шага с поворотом по точкам плана класса.

Билет № 5

4. Adagio. Battements releves lents.
5. Третья позиция рук.
6. Кросс. Комбинация шаг, passé с шагами накрест по точкам плана класса.

Билет № 6

4. Триплет с kick.
5. Вторая параллельная позиция ног.
6. Кросс. Шаги по точкам плана класса.

Билет № 7

4. Комбинация battements tendus jetes.
5. Первая позиция ног.
6. Кросс. Шаг, passé.

Билет № 8

4. Комбинация demis, grands plies.
5. Вторая параллельная позиция ног.
6. Кросс. Комбинация шаг, passé с шагами накрест по точкам плана класса.

Билет № 9

4. Adagio. Battements releves lents.
5. Третья позиция рук.
6. Кросс. Поворот на шагах по точкам плана класса.

Билет № 10

4. Комбинация battements tendus jetes.
5. Вторая выворотная позиция ног.
6. Кросс. Танцевальная комбинация шага с поворотом по точкам плана класса.

III четверть

Билет № 1

1. Поворот вальса вправо.
2. Поворот вальса вправо по квадрату.
3. «Венский вальс».

Билет № 2

1. Поворот вальса влево.
2. Поворот вальса влево по квадрату.
3. «Венский вальс».

IV четверть

Билет № 1

1. Комбинация балансе с поворотом вальса в сторону на середине зала.
2. «Фигурный вальс»

Билет № 2

1. Комбинация баланс с поворотом вальса вперед на середине зала.
2. «Фигурный вальс»

Материалы для контроля теоретических знаний обучающихся по ритмике – хореографии (6 класс)

Тест по ритмике-хореографии (6 класс)

1 Вопрос: Третья точка плана класса - это

- Ответ1: стена за спиной
Ответ2: правый угол сзади
Ответ3: стена справа

2 Вопрос: Вторая выворотная позиция ног - это

- Ответ1: пятки вместе, носки врозь
Ответ2: пятки, носки на ширине стопы
Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

3 Вопрос: Demis plies - это

- Ответ1: большое приседание
Ответ2: движение натянутой ноги по полу
Ответ3: маленькое приседание

4 Вопрос: Тренаж - это

- Ответ1: движения в продвижении
Ответ2: упражнения для развития подвижности позвоночника
Ответ3: комплекс упражнений

5 Вопрос: Первая позиция рук - это

- Ответ1: руки вперед
Ответ2: руки в сторону
Ответ3: руки вниз

6 Вопрос: Flat back - это

- Ответ1: плоская спина
Ответ2: движение натянутой ноги по полу
Ответ3: переход с одной ноги на другую

7 Вопрос: Сколько позиций рук

- Ответ1: 4
Ответ2: 3
Ответ3: 5

8 Вопрос: Шестая точка плана класса - это

- Ответ1: левый угол сзади
Ответ2: стена за спиной
Ответ3: стена слева

9 Вопрос: Battements tendus jetes - это

- Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше
Ответ2: медленное поднимание ноги на высоту 90 градусов и выше
Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

10 Вопрос: Восьмая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

11 Вопрос: Шестая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

12 Вопрос: Grands plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: маленькое приседание

13 Вопрос: Музыкальный размер "Вальса"

Ответ1: 2/4

Ответ2: 3/4

Ответ3: 4/4

14 Вопрос: Кросс - это

Ответ1: бег по кругу

Ответ2: движения в продвижении

Ответ3: движения в различных направлениях

15 Вопрос: Первая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

16 Вопрос: Battements tendus - это

Ответ1: движение натянутой ноги по полу

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

17 Вопрос: Вторая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

18 Вопрос: Пятая точка плана класса - это

Ответ1: правый угол сзади

Ответ2: стена впереди

Ответ3: стена за спиной

19 Вопрос: Вторая параллельная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

20 Вопрос: Подготовительное положение рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

21 Вопрос: Упражнения для развития подвижности позвоночника - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: приседание

22 Вопрос: Сколько точек плана класса

Ответ1: 4

Ответ2: 6

Ответ3: 8

23 Вопрос: Третья позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вверх

24 Вопрос: Вторая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

25 Вопрос: Kick - это

Ответ1: пинок

Ответ2: подъем на полупальцы

Ответ3: прыжок

26 Вопрос: Battements releves Lents - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднимание ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

27 Вопрос: Roll down, roll up - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: движение натянутой ноги по полу

28 Вопрос: Седьмая точка плана класса - это

Ответ1: левый угол сзади

Ответ2: стена слева

Ответ3: стена за спиной

29 Вопрос: Catch step - это

Ответ1: плоская спина

Ответ2: подъем на полупальцы

Ответ3: переход с одной ноги на другую

30 Вопрос: Четвертая точка плана класса - это

Ответ1: стена за спиной

Ответ2: правый угол сзади

Ответ3: стена справа

**Материалы для контроля практических умений обучающихся
по ритмике – хореографии (7 класс)**

I четверть

Билет № 1

4. Разминка.
5. Первая позиция рук.
6. Комбинация battements tendus.

Билет № 2

4. Разминка.
5. Шестая позиция ног.
6. Комбинация battements fondues.

Билет № 3

4. Разминка.
5. Вторая позиция рук.
6. Комбинация demis, grands plies.

Билет № 4

4. Разминка.
5. Третья позиция рук.
6. Roll down, roll up.

Билет № 5

7. Разминка.
8. Подготовительное положение рук.
9. Adagio. Battements releves lents.

Билет № 6

7. Разминка.
8. Вторая параллельная позиция ног
9. Комбинация battements tendus.

Билет № 7

7. Разминка.
8. Первая позиция ног
9. Комбинация grands battements.

Билет № 8

7. Разминка.
8. Первая позиция рук
9. Комбинация demis, grands plies.

Билет № 9

7. Разминка.
8. Третья позиция рук
9. Adagio. Battements releves lents.

Билет № 10

7. Разминка.
8. Вторая выворотная позиция ног.
9. Комбинация battements fondues.

II четверть

Билет № 1

4. «Вальс - бостон». Открытая перемена вперед с правой ноги.
5. «Вальс - бостон». Зигзаг вперед.
6. «Вальс - бостон».

Билет № 2

4. «Вальс - бостон». Раскрытие.
5. «Вальс - бостон». Открытая перемена назад.
6. «Вальс - бостон».

Билет № 3

1. «Вальс - бостон». Открытая перемена назад с левой ноги.
2. «Вальс - бостон». Зигзаг назад.
3. «Вальс - бостон».

III четверть

Танцевальная комбинация в стиле RNB.

IV четверть

Билет № 1

3. «Танго». Основной шаг.
4. «Танго». Правый поворот.
5. «Танго».

Билет № 2

3. «Танго». Поступательный боковой шаг.
4. «Танго». Левый поворот.
5. «Танго».

Билет № 3

1. «Танго». Закрытый променад.
2. «Танго». КORTE.
3. «Танго».

Материалы для контроля теоретических знаний обучающихся по ритмике – хореографии (7 класс)

Тест по ритмике-хореографии (7 класс)

1 Вопрос: Третья точка плана класса - это

Ответ1: стена за спиной

Ответ2: правый угол сзади

Ответ3: стена справа

2 Вопрос: Вторая выворотная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

3 Вопрос: Demis plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: движение натянутой ноги по полу

Ответ3: маленькое приседание

4 Вопрос: Тренаж - это

Ответ1: движения в продвижении

Ответ2: упражнения для развития подвижности позвоночника

Ответ3: комплекс упражнений

5 Вопрос: Первая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

6 Вопрос: Положение ноги на *cou - de - pied* - это

Ответ1: положение ноги на щиколодке

Ответ2: положение ноги около колена

Ответ3: положение ноги на середине голени

7 Вопрос: Сколько позиций рук

Ответ1: 4

Ответ2: 3

Ответ3: 5

8 Вопрос: Шестая точка плана класса - это

Ответ1: левый угол сзади

Ответ2: стена за спиной

Ответ3: стена слева

9 Вопрос: *Battelements tendus jetes* - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднятие ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

10 Вопрос: Восьмая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

11 Вопрос: Шестая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

12 Вопрос: *Grands plies* - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: маленькое приседание

13 Вопрос: Музыкальный размер "Вальса"

Ответ1: 2/4

Ответ2: 3/4

Ответ3: 4/4

14 Вопрос: Движение по линии танца - это

Ответ1: движение по кругу

Ответ2: движение против хода часовой стрелки

Ответ3: движения по ходу часовой стрелки

15 Вопрос: Первая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

16 Вопрос: *Battelements tendus* - это

Ответ1: движение натянутой ноги по полу

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

17 Вопрос: Вторая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

18 Вопрос: Пятая точка плана класса - это

Ответ1: правый угол сзади

Ответ2: стена впереди

Ответ3: стена за спиной

19 Вопрос: Вторая параллельная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

20 Вопрос: Подготовительное положение рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

21 Вопрос: Упражнения для развития подвижности позвоночника - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: приседание

22 Вопрос: Сколько точек плана класса

Ответ1: 4

Ответ2: 6

Ответ3: 8

23 Вопрос: Третья позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вверх

24 Вопрос: Вторая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

25 Вопрос: Grands battements - это

Ответ1: медленное поднимание ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

26 Вопрос: Battements releves Lents - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднимание ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

27 Вопрос: Roll down, roll up - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: движение натянутой ноги по полу

28 Вопрос: Седьмая точка плана класса - это

Ответ1: левый угол сзади

Ответ2: стена слева

Ответ3: стена за спиной

29 Вопрос: Battements fondus - это

Ответ1: маленькое приседание

Ответ2: движение натянутой ноги по полу

Ответ3: тающее движение

30 Вопрос: Четвертая точка плана класса - это

Ответ1: стена за спиной

Ответ2: правый угол сзади

Ответ3: стена справа

**Материалы для контроля практических умений обучающихся
по ритмике – хореографии (8 класс)**

I четверть

Билет № 1

7. Разминка.
8. Первая позиция рук.
9. Комбинация battements tendus jetes - tombes.

Билет № 2

7. Разминка.
8. Шестая позиция ног.
9. Комбинация battements fondus.

Билет № 3

7. Разминка.
8. Вторая позиция рук.
9. Комбинация demis, grands plies.

Билет № 4

7. Разминка.
8. Третья позиция рук.
9. Roll down, roll up.

Билет № 5

10. Разминка.
11. Подготовительное положение рук.
12. Adagio. Battements developpes.

Билет № 6

10. Разминка.
11. Вторая параллельная позиция ног
12. Комбинация battements tendus.

Билет № 7

10. Разминка.
11. Первая позиция ног
12. Комбинация grands battements.

Билет № 8

10. Разминка.
11. Первая позиция рук

12. Комбинация ronds de jamb par terre.

Билет № 9

10. Разминка.
11. Третья позиция рук
12. Adagio. Battements developpes.

Билет № 10

10. Разминка.
11. Вторая выворотная позиция ног.
12. Комбинация battements fondues.

II четверть

Билет № 1

7. «Ча-ча-ча». Основной ход.
8. «Ча-ча-ча». Раскрытие назад.
9. «Ча-ча-ча».

Билет № 2

1. «Ча-ча-ча». Поворот.
2. «Ча-ча-ча». Веер.
3. «Ча-ча-ча».

Билет № 3

1. «Ча-ча-ча». Тайм степ.
2. «Ча-ча-ча». Раскрытие.
3. «Ча-ча-ча».

III четверть

Билет № 1

1. «Самба».

Билет № 2

2. «Мамба».

IV четверть

Билет № 1

6. «Кубинская румба».
7. «Венский вальс».
8. «Танго»

Билет № 2

1. «Вальс – бостон».
2. «Мамба».
3. Танцевальная комбинация в стиле RNB.

Билет № 3

1. «Ча-ча-ча».
2. «Танец на приставных шагах».
3. «Блюз».

Билет № 4

1. «Меренга».
2. «Самба».
3. «Фигурный вальс».

**Материалы для контроля теоретических знаний обучающихся
по ритмике – хореографии (8 класс)**

Тест по ритмике-хореографии (8 класс)

1 Вопрос: Третья точка плана класса - это

Ответ1: стена за спиной

Ответ2: правый угол сзади

Ответ3: стена справа

2 Вопрос: Вторая выворотная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

3 Вопрос: Demis plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: движение натянутой ноги по полу

Ответ3: маленькое приседание

4 Вопрос: Тренаж - это

Ответ1: движения в продвижении

Ответ2: упражнения для развития подвижности позвоночника

Ответ3: комплекс упражнений

5 Вопрос: Первая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

6 Вопрос: Седьмая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол сзади

Ответ3: левый угол впереди

7 Вопрос: Сколько позиций рук

Ответ1: 4

Ответ2: 3

Ответ3: 5

8 Вопрос: Шестая точка плана класса - это

Ответ1: Левый угол сзади

Ответ2: Стена за спиной

Ответ3: Стена слева

9 Вопрос: Battements tendus jetes - tombes - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

Ответ2: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов с выпадом

10 Вопрос: Восьмая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

11 Вопрос: Шестая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

12 Вопрос: Grands plies - это

Ответ1: большое приседание

Ответ2: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: маленькое приседание

13 Вопрос: Музыкальный размер "Вальса"

Ответ1: 2/4

Ответ2: 3/4

Ответ3: 4/4

14 Вопрос: Движение против линии танца - это

Ответ1: движение по кругу

Ответ2: движение против хода часовой стрелки

Ответ3: движения по ходу часовой стрелки

15 Вопрос: Первая позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки, носки вместе

16 Вопрос: Battements tendus - это

Ответ1: движение натянутой ноги по полу

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 25 - 30 градусов

17 Вопрос: Вторая позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

18 Вопрос: Пятая точка плана класса - это

Ответ1: правый угол сзади

Ответ2: стена впереди

Ответ3: стена за спиной

19 Вопрос: Вторая параллельная позиция ног - это

Ответ1: пятки вместе, носки врозь

Ответ2: пятки, носки на ширине стопы

Ответ3: пятки на ширине стопы, носки врозь

20 Вопрос: Подготовительное положение рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вниз

21 Вопрос: Ronds de jambes par terres - это

Ответ1: круг натянутой ногой по полу

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: движение натянутой ноги по полу

22 Вопрос: Сколько точек плана класса

Ответ1: 4

Ответ2: 6

Ответ3: 8

23 Вопрос: Третья позиция рук - это

Ответ1: руки вперед

Ответ2: руки в сторону

Ответ3: руки вверх

24 Вопрос: Вторая точка плана класса - это

Ответ1: стена слева

Ответ2: левый угол впереди

Ответ3: правый угол впереди

25 Вопрос: Grands battements - это

Ответ1: медленное поднятие ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: большое приседание

Ответ3: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

26 Вопрос: Battements developpe - это

Ответ1: бросок натянутой ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ2: медленное поднятие ноги на высоту 90 градусов и выше

Ответ3: медленное вынимание ноги на высоту 90 градусов и выше

27 Вопрос: Roll down, roll up - это

Ответ1: наклоны

Ответ2: скручивание корпуса

Ответ3: движение натянутой ноги по полу

28 Вопрос: Первая точка плана класса - это

Ответ1: правый угол впереди

Ответ2: стена впереди

Ответ3: стена с справа

29 Вопрос: Battements fondus - это

Ответ1: маленькое приседание

Ответ2: движение натянутой ноги по полу

Ответ3: тающее движение

30 Вопрос: Четвертая точка плана класса - это

Ответ1: стена за спиной

Ответ2: правый угол сзади

Ответ3: стена справа

Результаты внедрения проекта

Создание условий при объединении в единое целое, глубокое проникновение, слияние в одном учебном материале обобщённых знаний по хореографии во внеурочной и урочной деятельности, направленных на формирование обучающихся, их личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения, развития творческих способностей, удовлетворения интереса и потребностей обучающихся, способствует общекультурному и социальному развитию учащихся, воспитанию положительных человеческих качеств.

В результате внедрения проекта достигнуты следующие результаты:

- по программе «Ритмика – хореография» результативность деятельности характеризуется 100 % успеваемостью и уровнем качества образования - 100%.



Рис. 1. Сравнительная таблица качества образования и успеваемости по хореографии за 5 лет

- по дополнительной образовательной программе «Хореография для всех» хореографического коллектива «Даксион» результативность деятельности характеризуется активным участием в фестивалях – конкурсах, благотворительных акциях, концертных мероприятиях различных уровней и направлений, удовлетворенностью родителей и обучающихся качеством предоставляемых услуг, выбором обучающимися в качестве профессии педагогической деятельности по направлению хореография с обучением в высших профессиональных образовательных учреждениях: в настоящее время три выпускника коллектива, получив высшее профессиональное образование, работают в образовательных учреждениях города Сургута.

Достижения обучающихся

№	Название мероприятия	Год	Достижение
1	Городской фестиваль «Созвездие»	2013	Диплом I степени
2	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2013	Диплом лауреата III степени
3	Городской фестиваль «Созвездие»	2014	Диплом I степени
4	Городской фестиваль национальных культур «Калейдоскоп» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2014	Диплом лауреата II степени
5	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2014	Диплом лауреата II степени
6	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2014	Диплом лауреата III степени
7	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (младшая возрастная категория 6-8 лет)	2015	Диплом лауреата II степени
8	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2015	Диплом лауреата III степени
9	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2015	Диплом в номинации «70 лет ПОБЕДЫ»
10	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2016	Диплом лауреата II степени
11	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2016	Диплом лауреата II степени
12	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (младшая возрастная категория 9-11 лет)	2016	Диплом лауреата III степени
13	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2017	Диплом лауреата I степени
14	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2017	Диплом лауреата II степени
15	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (младшая возрастная категория 9-11 лет)	2017	Диплом лауреата III степени
16	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (младшая возрастная категория 9-11 лет)	2018	Диплом лауреата III степени
17	Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Радуга детства» (старшая возрастная категория 15-18 лет)	2018	Диплом лауреата III степени
18	Международный конкурс-фестиваль в рамках проекта «Планета талантов» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2018	Диплом I степени
19	Окружной танцевальный конкурс «Siberian dance festival» (младшая возрастная категория 9-11 лет)	2018	Диплом лауреата II степени
20	Окружной танцевальный конкурс «Siberian dance festival» (средняя возрастная категория 12-14 лет)	2018	Диплом лауреата III степени

По организации разнообразных форм внеурочной деятельности результативность характеризуется ростом числа участников мероприятий, желающих заниматься данным видом деятельности, а также ростом доли обучающихся вовлеченных в разнообразные формы внеурочной деятельности и составляет 48,7 %.

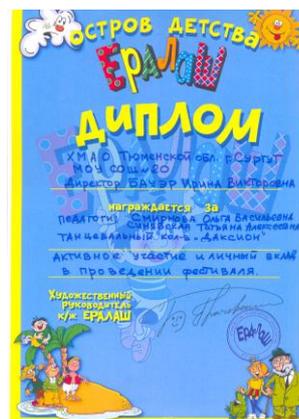


Рис. 2. Охват обучающихся различными формами внеурочной деятельности за 5 лет

Достижения обучающихся и коллектива «Даксион»



Хореографическая постановка – «Письмо солдата»



Хореографическая композиция - «Паутина»



«Весеннее настроение»



«В ритме танго»



«Сохрани, Земля»

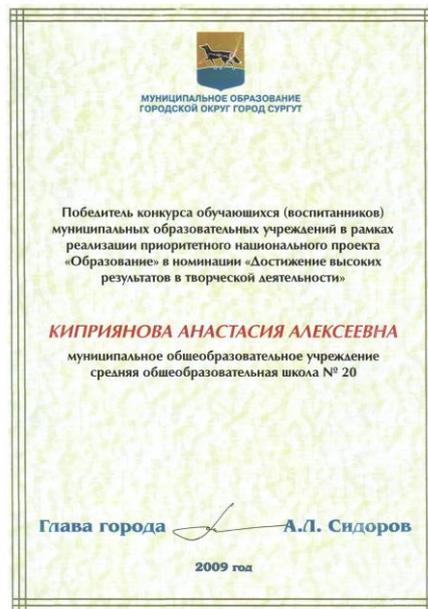
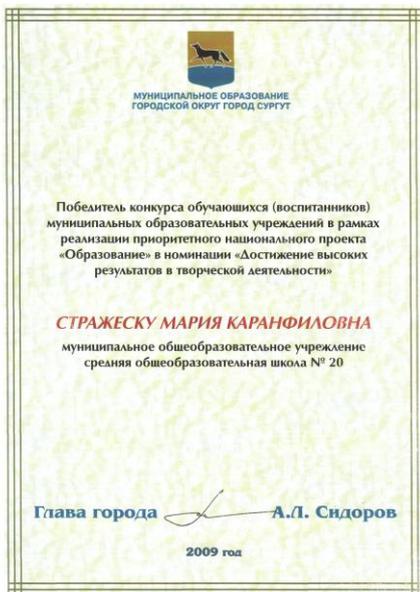


«Девичь
страданья»



«Грустный мим»





Участие обучающихся МБОУ СОШ № 20 и коллектива «Даксион» в разнообразных формах внеурочной деятельности

