

Управление образования г. Таганрога.
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детского творчества».

Принято на заседании
методического совета
«15» сентября 2016 г
Протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МАУ ДО ДДТ
Л.А.Турик
16 сентября 2016г.



Дополнительная
общеразвивающая общеобразовательная
программа
«Яркая палитра танца»
художественной направленности

Срок реализации – 8 лет
Возраст обучающихся: 6-14 лет

Автор-составитель:
Малеев Андрей Евгеньевич,
педагог дополнительного
образования

г. Таганрог
2016

Содержание

1. Пояснительная записка	2
1.1. Актуальность, новизна программы, преимущество содержания программы с важнейшими нормативными документами	3
1.2. Педагогические принципы	3
1.3. Цели и задачи	4
1.4. Основные направления и содержание организации учебно-воспитательного процесса	4
1.5. Условия реализации программы	7
1.6. Прогнозируемый результат. Модель выпускника	8
1.7. Методики оценки полученных результатов	9
2. Учебно – тематический план	11
3. Содержание программы	11
4. Методическое обеспечение программы	36
5. Список литературы	43
6. Приложение	44

1. Пояснительная записка.

Дисциплина «Танец» занимает особое место среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения.

Танец, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Он является богатейшим источником для формирования его художественного «я».

Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать свою мышечную силу, пластику, грацию и выразительность.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в танце движения, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Воспитание школьников на высоких образцах классического, народного и современного танцев развивает у детей высокий художественный вкус.

Данная программа подразумевает изучение хореографии как одного из видов сценического искусства. Задачей этого предмета является возможность получения знаний, умений и навыков танцевального искусства, которые позволят использовать танец композиционно и импровизационно в драматических спектаклях. Преподавание предмета не нацелено на профессиональную подготовку танцоров, а является вспомогательной дисциплиной, помогающей ученикам понять и почувствовать возможность владения своим телом, эстетику движения, пластическую гармонию, красоту формы, свободу движения.

Большое внимание уделяется выразительности, эмоциональности и характерности исполнения движений и танцевальных комбинаций.

Основной замысел данной программы – всестороннее развитие личности ребенка, привитие ему любви и уважения к различным направлениям и стилям танца.

При разработке были использованы труды таких известнейших балетмейстеров и педагогов как Ж.Ж. Новерр «Записки о танце и балете», А.Я. Вагановой «Основы классического танца», С.С. Полятков «Основы современного танца».

1.1. Актуальность, новизна программы, преемственность содержания программы с важнейшими нормативными документами

Данная образовательная программа разработана с учетом основных НПА:

- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ)
- ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН от 29.12.2012 N 273-ФЗ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012)
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2013 №30468)
- Устав МАУ ДО ДДТ
- Концепция развития дополнительного образования детей №1726-Р от 04.09.2014
- Стратегия развития воспитания на 2016-2020г.г. №996-Р от 29.05.2015г.
- Региональные требования к регламентации деятельности учреждений дополнительного образования детей в Ростовской обл. №115 от 01.03.2016 г.

1.2. Педагогические принципы

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе занятий. Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

Принцип систематичности. Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

Принцип вариативности. Варьируются интенсивность и продолжительность нагрузки, разнообразие ее форм. Это необходимо для предотвращения травм и улучшения не только психического, но и психологического состояния обучающихся.

Принцип наглядности. Это показ руководителем определенных упражнений, движений и танцевальных комбинаций.

Принцип доступности. Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

Принцип индивидуальности. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Принцип взаимодействия. Применение новейших современных зарубежных педагогических идей: «фьюжена» (сплава нескольких видов пластических направлений), «тьюторства» (практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»).

1.3 Цели и задачи

Цель программы.

Всестороннее развитие ребенка, формирование его творческих способностей и развитие индивидуальных качеств, средствами музыки и ритмических движений.

Задачи программы.

Данная дополнительная образовательная программа рассчитана на 8 лет обучения в танцевальной студии.

Основными задачами программы являются:

- развитие ритmicности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- получение знаний, умений, навыков танцевального искусства, которые дадут возможность использовать танец композиционно и импровизационно в драматических спектаклях;
- развитие танцевальных данных (гибкости, прыжка, устойчивости и координации);
- развитие в учащихся творческих способностей, умение оперировать «танцевальными, пластическими» образами.

В дополнение к теоретическим знаниям предлагается просмотр видеоматериалов, посещение концертов различных танцевальных ансамблей, студий, коллективов.

Музыкальное сопровождение на уроках танца должно органично сочетаться с выполняемым упражнением и соответствовать характеру и стилю движения.

1.4 Основные направления и содержание организации учебно-воспитательного процесса

Первостепенную роль на занятиях играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения должны быть доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждать у детей фантазию и воображение.

Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы образовательный процесс был эффективным, на занятиях максимально используется ведущий вид деятельности школьника – игра. Использование игровых упражнений, имитационных движений, сюжетно-творческих зарисовок усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают эффективнее решить поставленные задачи.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком.

Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения. В работе над выразительностью движений, пластикой, эмоциональной насыщенностью образа включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для школьного возраста. Занятия музыкально – ритмической пластикой способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, а также мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

Овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования движения.

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
<ul style="list-style-type: none"> - название упражнения; - показ; -объяснение техники; - опробование упражнения. 	<ul style="list-style-type: none"> - уточнение двигательных действий; -понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение упражнения. 	<ul style="list-style-type: none"> - закрепление двигательного навыка; - выполнение упражнений более высокого уровня; - использование в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

Методическое обеспечение образовательной программы.

Количество учебных часов в неделю:

Класс	Кол-во Часов в неделю	Кол-во Учебных недель	Всего часов (в год)	Контрольн. занятие (часы)
1	4	36	144	2
2	4	36	144	2
3	6	36	216	3
4	6	36	216	3
5	6	36	216	3
6	6	36	216	4
7	6	36	216	4
8	6	36	216	4

Категория обучающихся - принимаются все дети с 4-х лет, проявляющие интерес к хореографическому искусству.

Состав обучающихся сейчас детей делится на следующие возрастные группы: 4-6; 7-9; 10-12; 12-14 лет.

В процессе обучения дети получают как теоретические, так и практические знания по следующим направлениям:

- история возникновения и этапы развития хореографического искусства
- история русского балета
- биография «балетных» композиторов и «звезд» русского балета
- основы музыкальной грамоты
- изучение различных танцевальных направлений
- навыки композиционной постановки танца

Методы для освоения программы:

1. Словесные методы обучения: устное изложение; беседа; анализ текста, структуры музыкального произведения и др.
2. Наглядные методы обучения: показ видеоматериалов, иллюстраций; показ педагога; наблюдение и др.
3. Практические методы обучения: тренинг; танцевально-тренировочные упражнения и др.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей

1. Объяснительно-иллюстративные методы обучения.

При таком методе обучения дети воспринимают и усваивают готовую информацию

2. Репродуктивные методы обучения.

В этом случае учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

3. Частично-поисковые методы обучения.

Участие детей в коллективном поиске.

4. Исследовательские методы обучения

Овладение детьми методами научного познания, самостоятельной творческой работы.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии

- групповая
- индивидуальная
- индивидуально-групповая
- ансамблевая

1.5 Условия реализации программы.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- Наличие концертмейстера
- Наличие специально оборудованного кабинета
- Музыкальный инструмент
- Аудио - проигрыватель

Санитарно-гигиенические требования:

- На каждого ребёнка должно быть отведено 4 кв.м. площади
- Не допускать употребление жевательной резинки во время занятия
- Иметь свободный доступ к воде
- Каждый ребёнок должен иметь специальную одежду и обувь для занятий хореографией
- Проведение влажной уборки и проветривание зала перед каждым занятием

А так же:

- Широкое использование технических средств обучения (видео, аудио техника)
- Атрибуты, наглядные пособия

Необходимо иметь:

- Образовательную программу
- Расписание занятий
- Методический материал
- Календарно- тематический план
- Диагностический материал эффективности освоения образовательной программы как каждого обучающегося по итогам учебного года, так и всей группы в целом.

1.6. Прогнозируемый результат. Модель выпускника

Модель выпускника отражает круг ключевых компетенций, которыми должен владеть обучающийся объединения на момент окончания танцевальной студии.

Параметры здоровьесберегающей компетенции

Знает - понимает:

1. Знают и соблюдают основы личной гигиены.
2. Знают и понимают влияние образа жизни и окружающей среды на здоровье.

Умеет-владеет:

1. Применяют правила поведения в экстремальных ситуациях: под дождем, градом, при сильном ветре, во время грозы, наводнения, пожара, при встрече с опасными животными, насекомыми.
2. Имеют многообразие двигательного опыта и умение использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга.

Владеет-действует:

1. Владеют способами физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоконтроля.
2. Владеют элементами психологической грамотности, половой культуры и поведения.

Параметры коммуникативной компетенции

Знает-понимает:

1. Знают возможности получения необходимой информации.
2. Знают основные принципы успешного взаимодействия в группе, коллективе.

Умеет-владеет:

1. Умеют представить себя устно и письменно, написать анкету, заявление, резюме, письмо, поздравление;
2. Умеют представить и цивилизованно отстаивать свою точку зрения.

Владеет-действует:

1. Владеют способами взаимодействия с окружающими и удаленными людьми и событиями; выступать с устным сообщением, уметь задать вопрос, корректно вести учебный диалог.
2. Владеют способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями искать и находить компромиссы.

Параметры креативной компетенции

Знает-понимает:

1. Знают основы танцевальных направлений.
2. Знают принципы создания художественного образа танцевальной постановки.

3. Знают способы анализа, синтеза и комбинирования музыкального материала;

Умеет-владеет:

1. Умеют извлекать пользу из имеющегося творческого опыта.
2. Способны анализировать себя и окружающих.
3. Способны решать творческие задачи, комбинируя приобретенные на занятиях в ДО знания.

Владеет-действует:

1. Обладают высокой степенью самоорганизации и самоконтроля.
2. Проявляют танцевальные движения, чувства и эмоции, соответственно художественному образу.
3. Проявляют самобытность.
4. Обладают уверенностью в себе при реализации творческих идей.

Параметры социокультурной компетенции

Знают-понимают:

1. Систему социальных норм и ценностей в России и других странах.
2. Имеют понятие о нормах культуры поведения.

Умеют-владеют:

1. Действовать в сфере социальных отношений в соответствии с личной и общественной пользой.
2. Осознавать собственные потребности и цели.
3. Определять свое место и роль в окружающем мире, в семье, в коллективе.

Владеют-действуют:

1. Эффективными способами организации свободного времени.
2. Элементами художественно-творческих компетенций исполнителя и зрителя.

1.7 Методики оценки полученных результатов

Эффективность освоения образовательной программы подтверждается методом педагогического наблюдения за овладением обучающимися предметными и компетенциями.

Параметры технической компетенции

Знает:

1. Нормы и правила техники исполнения танцев

Умеет:

1. Воспринимать и быстро осваивать усложняющиеся вариации с добавлением поз и более сложных трюков
2. Исполнять хореографические композиции ритмично и артистично

Владеет:

1. Основами классического, народного и современного танца

Параметры аналитической компетенции

Знает:

1. Критерии оценки хореографических композиций

Умеет:

1. Анализировать собственное выполнение технических движений и упражнений
2. Анализировать и находить ошибки в исполнении танцев (своего исполнения, своего коллектива, других коллективов)

Владеет:

1. Анализом хореографических выступлений

Параметры культурологической компетенции

Знает:

1. Историю классического, народного и современного танца
2. Жанры и манеру исполнения танцев

Умеет:

1. Отличать жанры и стили танцев
2. Исполнить танец в соответствии с жанром и характерным образом

Владеет:

1. Нормами сценической и общей культуры

Параметры информационной компетенции

Знает:

1. Теоретические основы изучаемого предмета

Умеет:

1. Находить теоретические основы изучаемого предмета
2. Перерабатывать и обобщать информацию по предмету

Владеет:

1. Современными информационными ресурсами на уровне пользователя

2. Учебно-тематический план

Структура урока

Первая часть урока (подготовительная):

1. Вход учащихся в танцевальный зал
2. Построение учеников в несколько линий
3. Поклон педагогу, концертмейстеру
4. Разминка (для головы, плеч, рук, корпуса, ног)

Вторая часть урока (основная):

1. Изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных упражнений, элементов хореографической азбуки
2. Работа над этюдами, танцами

Третья часть урока (заключительная):

1. Закрепление музыкально-ритмического материала в игре
2. Музыкально-танцевальные импровизации
3. Построение в конце урока
4. Поклон
5. Выход из зала

3. Содержание программы

1 год обучения

Разделы:

Теория: рассказ детям о зарождении танца, его развитии. Ознакомление с видами танцев. Ознакомление детей с историей развития классического и современного танцев, с направлениями современной хореографии.

1. Музыкально-ритмические упражнения.

1.1. Характер музыкального произведения, его темп и динамические оттенки.

Умение воспринимать характер музыки, чувствовать развитие музыкальных образов, отражать в движении характер музыки (веселый, спокойный, энергичный оживленный, лирический, торжественный и т.д.). Выполнять движения в различных темпах. Умение воспринимать и различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, громко, очень громко и т.д.) и отражать их в движении, выполнять различного объема, силы, размаха, эмоциональной яркости.

1.2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, сильные - слабые доли.

Умение воспроизводить хлопками, шагами восьмые, четвертые, половинные, целые длительности, выполнять различные ритмические рисунки. Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и «дирижированием». Примеры упражнений: хлопки в такт музыки,

акцентированная ходьба, движения руками в различном темпе, хлопки и удары на каждый счет и через счет, хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.

1.3. Гимнастические упражнения без предметов.

Упражнения без предметов: гимнастические комплексы, включающие упражнения для различных групп мышц. Плавные, мягкие и маховые движения рук. Упражнения на напряжение и расслабление мышц.

2. Двигательная импровизация под музыку (образные упражнения).

Выполнение заданий носит импровизационный характер. Драматизация музыки, песен. Умение движениями различного характера передавать музыкальные образы (повадки животных, птиц, трудовые действия людей и т.д.); свободно двигаться под музыку и завершать движение какой-либо характерной позой, оправданной вымышленной ситуацией. Выполнение учащимися роли сказочных персонажей, характерных персонажей.

Использование на занятиях одного и того же материала при условии создания учащимися новых пластических решений обогащает фантазию и изобретательность детей.

Вариант игры: дети изображают козочек, один из них – волк.

1 часть: козочки весело бегают, скачут, используют разнообразные движения (бег, прыжки, подскоки).

2 часть: козочки «бодаются», группируясь по двое (касаться друг друга нельзя).

3 часть: козочки снова весело скачут. С окончанием музыки приседают на корточки. Под музыкальную тему «волка» большими шагами выбегает волк. С окончанием музыки козочки бегут в дом, волк их ловит.

3. Элементы классического танца.

начало занятия

1. поклон
2. постановка корпуса при неполной выворотности ног
3. позиции ног 1,2,3
4. позиции рук

экзерсис у станка (лицом к станку)

1. demi-plie
2. battement tendu в сторону, вперед, назад
3. battement tendu jete на 25 градусов
4. passé par terre
5. demi rond de jambe par terre
6. releve по 1 и 6 позициям
7. перегибы корпуса назад и в стороны

после освоения у станка упражнения переносятся на середину зала

1. трамплинные прыжки
2. port de bras (первое)

4. Элементы эстрадного танца.

Ритмические упражнения на середине:

1. повороты и наклоны головы, корпуса,
2. «в разлуке»,
3. «ёлочка»,
4. «дождик»,
5. «мячики»,
6. «бабочка»,
7. передача ритмического рисунка хлопками и притопами,
8. комбинации на основе хлопков, притопов, прыжков,

5. Элементы партерной гимнастики.

Упражнения на полу выполняются сидя, лежа на спине и на животе, стоя на коленях. Они способствуют повышению гибкости суставов, улучшают эластичность мышц и связок, наращивают силу мышц, исправляют недостатки спины, ног, стопы.

Нагрузка увеличивается постепенно от простых упражнений к более сложным. Темп движений должен быть сначала медленный, с последующим ускорением. Все упражнения делаются на свободном дыхании, обращается внимание на длинный и ровный выдох.

Примерный перечень упражнений:

1. расслабление и напряжение мышц тела, лежа на спине, в ритме дыхания
2. сокращение и вытягивание стопы (по 6 и 1 выворотной позициям)
3. поднятие ног лежа на спине по 1-ой выворотной позиции
4. «складка»
5. «лягушка»
6. «лодочка»
7. «циркуль»
8. «корзинка»
9. «кольцо»
10. «кошечка»
11. «дощечка»
12. «ножницы»
13. боковые наклоны корпуса, сидя по 2-ой широкой позиции
14. подъем и опускание поочередно ног, лежа на животе
15. броски (махи) ног поочередно по 4-8 раз

Второй год обучения

Разделы:

1. Музыкально-ритмические упражнения (продолжение изучения).

1.1. Метрическая пульсация, сильные - слабые доли, музыкальный размер.

Умение чувствовать и отражать в движении метр, метрическую пульсацию, равномерно или неравномерно повторяющиеся в музыкальном произведении, точно выдерживать паузы.

Умение понимать выразительное значение основных размеров: 2/4 для польки – отражает ее легкий, подвижный характер; 3/4 для вальса – передает плавность и изящество этого танца; 4/4 для марша – отражает его бодрость, четкость, активность.

1.2. Строение музыкального произведения (форма).

Понятия: вступление, части, музыкальная фраза, предложение, период, заключение. Строение куплетной песни – запев и припев. Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Точно связывать начало и окончание движений с началом и окончанием музыки.

Примеры упражнений: выделение в движениях сильной доли хлопком, взмахом платка или притопом, сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот, дирижирование на различные музыкальные размеры, выполнение ходьбы и бега в различном темпе, игра «запев-припев».

1.3. Ходьба, бег, подскоки, галоп.

- танцевальный шаг с носка с продвижением вперед, назад
- подскоки (легкий подскок с ноги на ногу, ритмичное выбрасывание ног, прыжки на двух ногах по 6-ой позиции)
- галоп (прямой, боковой)

1.4. Упражнения на ориентацию в пространстве.

- построения в шеренгу, в колонну, в круг, в полукруг
- перестроения из одной линии в две, из двух в три и т.д.
- хоровод (свободной композиции): цепочка, звездочка, змейка, воротца и т.д.

2. Двигательная импровизация на музыку.

Усвоив понятие «жест» и его значение в танце, учащиеся переходят к отработке различных жестов – указательных, запрещающих, утверждающих, просящих, жестов, выражающих эмоциональное состояние (радость, печаль, раздумье и пр.) Исполняются пластические этюды с воображаемыми предметами (надувание шарика, игра с мячом). Развитию актерской выразительности послужат сценки подражания повадкам животных (этюды «кошка», «петух», «лошадка», «лягушка» и др.)

К понятию «жест» добавляется понятие «поза». Учащиеся передают услышанное в музыке мимикой и движением. Выполнение творческих заданий по инсценировке к музыкальной драматизации. Исполнение этюдов-импровизаций на заданную музыку: капля дождя, снежинка (падающая, спокойно лежащая, крутящаяся в вихре и т.д.), цветок, растение (их рождение, рост, существование и т.д.)

3. Элементы классического танца (продолжение изучения).

Повторение пройденных упражнений с увеличением силовой нагрузки, изменением музыкальных раскладок и ускорением темпа.

Экзерсис у станка (двумя руками за станок)

1. позиция ног 5
2. battement tendu с demi-plie по 1 позиции
3. battement tendu pour li piet(с опусканием пятки во 2-ю позицию)
4. battement tendu jete на 25 градусов
5. battement tendu jete с demi-plie на 25 градусов
6. понятия en dehors en dedans
7. temps releve par terre (preparation к rond de jambe par terre)
8. rond de jambe par terre en dehors и en dedans
9. rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plie
10. положение sur le cou-de-pied (условное)
11. battement frappe носком в пол
12. battement releve lant на 45 градусов в сторону, вперед, назад
13. releve по 1,2,5 позициям

На середине зала:

1. temps leve sauté по 1,2,3 позициям
2. port de bras (второе)
3. понятие о положении корпуса по отношению к зрителю: en face, epaulement (croisee, efface)

4. Элементы партерной гимнастики (продолжение изучения).

1. для мышц плеча и предплечья: стоя на коленях, наклониться вперед с вытянутыми руками, предплечья на полу, на счет 1-4 потянуться плечами к полу, на счет 6-8 вернуться в исходное положение, повторить 12 раз;
2. для гибкости плечевого сустава и поясничного отдела позвоночника: стоя на коленях, согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ноги, бедра максимально выдвигать вперед;
3. на укрепление мышц брюшного пресса: лежа на полу с вытянутыми ногами (руки лежат вдоль тела), на счет 1-2 согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди, на счет 3-4 подтянуть голову к коленям, на следующие 4 счета вернуться в исходное положение и расслабиться;
4. на гибкость позвоночника: лежа на спине (руки лежат вдоль тела), на счет 1-4 поднимать вверх и опускать за голову две вытянутые ноги, на счет 5-8 возвращаться в исходное положение, повторить 12 раз;
5. для улучшения подвижности тазобедренного сустава: лежа на спине, ноги вытянуты по 1-ой выворотной позиции (руки раскрыты в стороны во 2-ю позицию) developpe в сторону поочередно каждой ногой;
6. на гибкость коленных суставов: стоя на коленях, руки на поясе, на счет 1-2 сесть вправо; на 3-4 вернуться в исходное положение, повторить в другую сторону, повторить 12 раз;

7. для развития подвижности голеностопа: сидя на полу с опорой на руки сзади, на счет раз тянуть носки на себя, на счет два вытягивать носки к полу, повторить 16 раз.

5. Элементы эстрадного танца.

Ритмические упражнения по кругу:

1. марш
2. шаги на полупальцах
3. шаги с высоким подниманием колен
4. бег на полупальцах
5. «лошадки»
6. «мячики»,
7. «шествие кузнечиков»
8. «топотушки»
9. «снежки»
10. бег захлестом
11. бег с выносом прямых ног
12. галоп
13. подскоки

6. Элементы джаз - танца.

Раздел 1: Изоляция, координация.

1. понятие «центр», изолированное движение разных центров;
2. голова – наклоны, повороты, круги, полукруги, движения вперед-назад и из стороны в сторону;
3. плечи – прямые направления, круги и полукруги
4. грудная клетка – движения вперед-назад
5. таз – движения вперед-назад, из стороны в сторону, круги, полукруги;
6. руки – движения изолированных ареалов (кисть, предплечье, вся рука целиком), позиции рук;
7. ноги – движения изолированных ареалов, переводы стоп из параллельного в выворотные положения, позиции ног

Раздел 2: упражнения для позвоночника.

1. flat back вперед, в сторону, назад;
2. изгибы торса – arch, low back (округление позвоночника в пояснично-грудном отделе), curve (округление верхней части позвоночника), twist
3. contraction, release

Раздел 3: уровни.

1. основные уровни «стоя», «сидя», «лёжа»
2. упражнения стретч - характера в различных положениях
3. упражнения на contraction, release в положении «сидя»

4. упражнения twist, спирали торса в положении сидя

Раздел 4: кросс

1. flat step (шаг на всю стопу)

2. шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону, вперед-назад

Раздел 5: прыжки.

1. jump

2. leap

7. Танцевальные этюды и танцы.

1. разучивание элементов сценического танца с характерным исполнением движений

2. сюжетные танцы в том числе в работах по предмету «актерское мастерство»

Третий год обучения

Разделы:

1. Музыкально-ритмические упражнения (продолжение изучения).

Продолжается закрепление пройденного материала на более сложных примерах. Особое внимание уделяется маршевой и танцевальной музыке. Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров (вальс, полька, марш), уметь самостоятельно находить нужные движения и исполнять их в соответствующем жанру характере, импровизировать на заданную музыку.

Воспринимать особенности музыкальных размеров 3/8, 6/8.

Как наиболее сложный элемент прорабатывается затакт. Даются задачи (на слух) на определение затактового построения. Ученики самостоятельно начинают из затакта и в такт, вступают в коллективное движение в различных темпах и ритмах, с различным интервалом.

1.1. Ходьба, бег, подскоки, галоп

- шаг на полупальцах назад

- шаг с высоким подъемом колена на полупальцах

- бег с выносом прямых ног вперед, назад

- бег со сгибанием ног в коленях с продвижением вперед, назад

1.2. Упражнения на ориентацию в пространстве, переход из одного построения в другое:

- колонна по одному, по два, по четыре

- круг, два круга

- круг, звездочка

- шахматное построение колонны

- круг в круге

2. Двигательная импровизация на музыку.

При исполнении этюдов, импровизаций на заданную музыку ученики сочетают элементы актерской техники: художественный образ, актерское перевоплощение, мышечная память, эмоциональная выразительность. Создание образов знакомых героев книг, мультфильмов на предложенную музыку. Задания по самостоятельной подготовке сольных и массовых этюдов. Первоначально это могут быть выраженные пластикой и танцем настроения – грусть, печаль, радость, тревога и т.п., впоследствии – сюжетные сценки из собственного опыта.

3. Элементы классического танца (продолжение изучения).

Составление более сложных примеров на координацию движений. Введение элементарного адажио, построенного на изученных позах у станка и на середине зала.

Классический экзерсис у станка одной рукой за станок:

1. demi-plie с port de bras по 1,2,5 позициям (подготовка к grand plie)
2. battement tendu demi-plie по 5 позиции
3. battement tendu jete на 35 градусов
4. battement tendu jete pique
5. положение ноги sur le cou-de-pied (учебное)
6. battement fondu носком в пол в сторону, вперед, назад
7. battement releve lant на 90 градусов в сторону, вперед, назад
8. battement retires (sur le cou-de-pied, passé 45 и 90 градусов)
9. grand battement на 45 и 90 градусов
10. port de bras третья

После освоения у станка упражнения переносятся на середину зала

1. temps leve sauté по всем позициям
2. changement de pieds

4. Элементы эстрадного танца

1. положения и движения рук;
2. простой ход;
3. переменный шаг;
4. шаги с подскоком;
5. боковой шаг;
6. «гармошка»;
7. притопы, удары;
8. широкие прыжки;

5. Элементы партерной гимнастики (продолжение изучения).

1. для мышц плеча и предплечья: стоя на коленях, наклониться вперед (правая рука вытянута вперед, левая под головой). На счет 1-2 отклонить таз вправо,

- на счет 3-4 вернуться в исходное положение. То же в другую сторону. Повторить 12 раз;
2. для гибкости плечевого сустава и поясничного отдела позвоночника: лежа на животе, ладони под плечами, отрывать грудную клетку от пола и прогибаться назад с опорой на руки;
 3. на укрепление мышц брюшного пресса: сидя на полу, с разведенными циркулем ногами (руки раскрыты в стороны на уровне плеч), на счет 1-2 наклониться и развернуть правое плечо к противоположной ноге, стараясь дотянуться правой рукой до пальцев левой ноги, на счет 3-4 зафиксировать положение. На следующие 4 счета вернуться в исходное положение;
 4. на гибкость позвоночника: лежа на спине, ноги слегка врозь (руки лежат вдоль тела), на счет 1-2 отвести туловище вправо, не отрывая спины от пола, на счет 3-4 возвращаться в исходное положение. То же в другую сторону. Повторить 16 раз;
 5. для улучшения подвижности тазобедренного сустава: лежа на спине, на счет раз согнуть правую ногу, взявшись руками за голень, на счет два выпрямить ногу с помощью рук, на счет три – повторить счет раз, на счет четыре в исходное положение. То же другой ногой. Повторить 16 раз;
 6. на гибкость коленных суставов: стоя на коленях, носки врозь, руки на поясе, на счет 1-2 сесть на пол между носками, 3-4 вернуться в исходное положение;
 7. для развития подвижности голеностопа: сидя на полу с опорой на руки сзади на счет раз приподнять выпрямленную правую ногу, на счет два вернуться в исходное положение. То же другой ногой. То же с вращением стопы во внутрь.

6. Элементы джаз - танца.

Раздел 1: изоляция, координация (продолжение изучения).

1. голова – наклоны, повороты, круги, sundari, движения исполняются вперед-назад, из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом;
2. плечи – крест, квадрат, twist;
3. грудная клетка – крест, квадрат;
4. пелвис – крест, квадрат;
5. руки – движения изолированных ареалов;
6. ноги – движения изолированных ареалов, выполнение движений в выворотном и не выворотном положениях, ротация бедра;
7. координация движений рук и ног без передвижения и с передвижением

Раздел 2: упражнения для позвоночника.

1. flat back – вперед, назад, в сторону, полукруги, круги
2. roll down, roll up
3. body roll
4. deep body bend, side stretch
5. изгибы позвоночника – twist, спираль и др.
6. contraction, release, high release

Раздел 3: «уровни».

1. выполнение упражнений стоя (на полупальцах, на всей стопе, колени присогнуты)
2. сидя, «на четвереньках», на коленях
3. лежа (на спине, на животе, на боку)

Раздел 4: кросс.

1. шаги по квадрату;
2. джаз. походка: на plie, releve, plie-releve, plie-releve с passé, с passé на вытянутой опорной ноге.

Раздел 5: прыжки.

1. hop
2. jump, straight jump
3. leap

В конце третьего года обучения дети должны знать:

1. основные правила поведения в коллективе;
2. основные понятия классического, народного и балетного танцев, джаз-танца;
3. правила исполнения движений танцев и их происхождение;

Должны уметь:

1. органично сочетать теоретические и практические знания;
2. координировать движения;
3. слушать музыку, строя свои действия в соответствии с ее ритмом, темпом, стилем;
4. артистично передавать характер движений;
5. синхронно, легко и свободно исполнять упражнения;
6. применять полученные знания на практике (участие в танцевальных номерах в драматических постановках по предмету «актерское мастерство»).

Четвертый год обучения

Разделы:

1. Элементы классического танца (продолжение изучения).

Классический экзерсис одной рукой за станок:

1. позиция ног 4
2. grand plie по 1,2,3,4,5 позициям
3. battement tendu с demi-plie в 4 позиции с переходом с одной ноги на другую вперед и назад (прием pas degage)
4. passé par terre с demi-plie в 1 позиции
5. petit battement sur le cou-de-pied
6. battement frappe на 30 градусов в сторону, вперед, назад
7. battement double frappe носком в пол в сторону, вперед, назад

8. battement developpe на 45 и 90 градусов
9. rond de jambe en l'air на 45 градусов
10. releve на полупальцы по 1,2,3,4 позициям; на одной ноге, другая нога в положении sur le cou-de-pied или на 45 градусов
11. preparasion для пируэта en dehors en dedans с 5 и 2 позиции
12. малый пируэт en dehors en dedans с 5 и 2 позиции
13. pas de bourree simple en dehors и en dedans
14. pas de bourree suivi по 1 и 5 позициям

на середине зала:

15. croisee, effacee, ecartee вперед, назад
16. 1,2,3 arabesque (носком в пол)
17. temps lie par terre вперед и назад
18. pas echappe по 2 позиции
19. pas assemble в сторону
20. pas chasse вперед

2. Элементы джаз-танца.

Раздел 1: изоляция, координация (изолированное движение каждого центра, понятия «крест, квадрат, круг, полукруг, восьмерка»)

1. голова – более усложненные комбинации движений
2. плечи – «восьмерка», твист
3. грудная клетка – крест, квадрат, начинать с разных точек
4. пелвис – восьмерка, shimmi
5. свинговое раскачивание двух центров
6. координация движения рук и ног без передвижения и с передвижением
7. упражнения на баланс
8. lunge (выпады в параллельные и выворотные 2 или 4 позиции)

Раздел 2: «упражнения для позвоночника»
комбинации из ранее пройденных движений

Раздел 3: «уровни»
переход из уровня в уровень на 8, 4 счета

- Раздел 4: «кросс»
1. трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах
 2. триплеты с продвижением вперед
 3. step touch
 4. cross touch
 5. camel walk

Постепенно усложняется ритмический рисунок. Применяется сочетание различных ритмов в движениях.

6. Элементы партерной гимнастики (продолжение изучения).

1. для мышц плеча и предплечья: сесть на пол с опорой на руки сзади, ноги согнуты врозь, стопы на полу. На счет 1-4 приподнять таз и подать его вперед к пяткам; на счет 5-8 вернуться в исходное положение. Повторить 12 раз;

2. для гибкости плечевого сустава и поясничного отдела позвоночника: лежа на животе «качалка»;
3. на укрепление мышц брюшного пресса: лежа на спине медленно поднимать то одну, то другую или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в 1 позицию;
4. на гибкость позвоночника: сидя на полу, ноги широко разведены в стороны, руки за головой, на счет 1-2 наклониться вправо, стараясь коснуться локтем пола за правым коленом; на счет 3-4 вернуться в исходное положение. То же в другую сторону. Повторить 16 раз;
5. для улучшения подвижности тазобедренного сустава: сидя с опорой на руки сзади, ноги согнуты врозь, на счет раз опустить правое колено вовнутрь, стараясь коснуться им пола, на счет два вернуться в исходное положение. То же другой ногой. То же двумя ногами одновременно. Повторить 16 раз;
6. на гибкость коленных суставов: сесть на пол «по-турецки», на счет 1-2 встать без помощи рук; 3-4 вернуться в исходное положение.

Теория: продолжение изучения истории развития танца, знакомство с понятиями «социальные танцы», модерн-танец, контактная импровизация.

Пятый год обучения

Разделы:

1. Элементы классического танца (продолжение изучения).
классический экзерсис одной рукой за станок:
 1. маленькие позы *croisee*, *efface*, *ecartee* вперед, назад
 2. второй *arabesque* (носком в пол на вытянутой ноге, на *demi-plie*, на 45 градусов)
 3. по мере освоения позы вводятся в различные упражнения: *battement tendu*,
 4. *battement tendu jete*, *battement fondu*, *battement frappe*, *grand battement jete*
 5. *port de bra* 1 и 3 формы в сочетании с различными упражнениями. 3-я форма -*port de bra* исполняется на вытянутой ноге, на *demi-plie* носком в пол вперед, назад, в заключение *rond de jambe par terre*
 6. *battement tendu* в маленькие позы
 7. *battement tendu jete* в маленькие позы
 8. *battement tendu jete balancoire*
 9. *battement soutenu* носком в пол и на 45 градусов в сторону, вперед, назад
 10. *battement fondu* во всех направлениях *en face* и в позах
 11. *battement frappe* носком в пол в маленькие позы
 12. *battement releve lant* на 90 градусов во всех направлениях *en face* и в большие позы
 13. *battement developpe* на 90 градусов во всех направлениях и в большие позы
 14. *battement developpe passé* на 90 градусов в сторону, вперед, назад и в большие позы
 15. *grand battement jete en face* и в большие позы

16. grand battement jete pointe en face и в большие позы на середине зала:
 1. 4-я форма port de bras
 2. temps lie par terre с перегибом корпуса
 3. pas de bourree simple en dehors и en dedans en face и epaulement
 4. pas glissade (из 1-ой позиции – в 1, или из 5-ой в 5-ю)
 5. pas assemble вперед и назад
 6. sissonne simple en face и epaulement
 7. pas jete с открыванием ноги в сторону
 8. pas echappe в 4-ю позицию
 9. soutenu en tournant en face en dehors и en dedans по ½ поворота, целый поворот с носка в пол и с 45 градусов
 10. пируэт en dedans по диагонали с coupe–шага по диагонали (пируэт pique)
 11. пируэт по прямой и диагонали
 12. tour chaines по диагонали
2. Элементы джаз - танца (продолжение изучения).

Раздел 1: координация, изоляция.

1. голова – разнообразные комбинации движений, изученных ранее
2. плечи – шейк, восьмерка, twist
3. грудная клетка - комбинации движений, изученных ранее
4. таз – jelly roll
5. «параллель» и «оппозиция» в движении двух центров
6. принцип управления, «импульсные цепочки»

Раздел 2: упражнения для позвоночника.

1. diagonal flat back
2. lateral (наклоны в сторону)

Раздел 3: «уровни».

1. выполнение упражнений стоя (на полупальцах, на всей стопе, на согнутых коленях, «на четвереньках», стоя на коленях);
2. сидя
3. лежа (на спине, на животе, на боку);
4. упражнения на смену уровней, смена положения на 8,4,2 счета;
5. упражнения стретч - характера в различных положениях;

Раздел 4: «кросс».

1. шаги с «мультипликацией»
2. triplet с продвижением вперед, назад, по кругу
3. jazz slide
4. jazz split
5. chasse на полу, на воздух
6. kick ball change
7. pas de bourree на месте, вперед, в сторону
8. сочетание различных ритмов во время движения
9. grand battement на месте и с продвижением по диагонали (на plie, releve, plie-releve)

Раздел 5: вращения

1. ½ поворота на двух ногах по 4-ой позиции
2. chaine turn
3. вращения на одной ноге ¼, ½ поворота, другая нога согнута в положение параллельное passé
4. поворот soutenu (1/4, ½, целый)

Раздел 6: прыжки

1. arch jump
2. pike jump
3. tuck jump («стульчик»)
4. прыжок jump (с двух ног на две)
5. соединение в комбинации движений, изученных ранее

3. Элементы современных стилей.

К социальным (клубным) или бытовым танцам относятся такие стили, как хип-хоп, брейк-данс, тектоник и такие парные танцы, как свинг, буги-вуги, сальса, линди-хоп и др. Социальный танец создан не только ради искусства – это еще и отличное средство общения с людьми. Социальный танец, как ни один другой, помогает решить проблемы коммуникации (решение этой проблемы является и задачей в изучении контактной импровизации, поэтому в дальнейшем можно изучать контактную импровизацию, используя разученные движения социальных танцев).

Несмотря на разнообразие танцев и их разновидностей, объединяет их одно: главное – это импровизация, ощущение и понимание партнера, желание танцевать и совершенствовать технику исполнения. Социальные танцы в последнее время приобретают все большую популярность. Это танцы, которые молодежь танцует на вечеринках, в клубах, поэтому они и называются бытовыми.

В каком стиле хореографии специализироваться классу выбирает педагог, исходя из исполнительских возможностей и возрастных особенностей учащихся.

1. Знакомство с танцевальным этикетом: с правильным приглашением на танец и умением благодарить партнера после окончания танца.
2. Разучивание базовых шагов социальных танцев
3. После освоения движения каждым в отдельности его разучивают в парах. Для этого необходимо выучить основные положения рук и корпуса по отношению к партнеру. Исходное положение танцующих парами: танцующие становятся парами лицом по линии движения танца в четверть поворота друг к другу — девочка справа от мальчика. Ноги в III позиции, правая нога впереди (вариант; у мальчика — правая, у девочки — левая впереди). Соединенные руки танцующих направлены вперед (у мальчика — правая, у девочки — левая), немного ниже уровня плеч девочки, кисть руки девочка кладет между большим и указательным пальцами мальчика. Локти танцующих не соприкасаются.
4. После того, как усвоены основные положения рук и корпуса по отношению к партнеру, можно усложнить задачу. В сочетании с базовыми шагами

разучиваются различные фигуры танца. Перемена фигур: расхождение в разные стороны или встреча и т. д.

4. Элементы модерн - танца, контактной импровизации.

Раздел 1. Работа с пространством (пространственный экзерсис). Размещение в пространстве. Траектория движения.

Задача: свободное (импровизационное размещение себя в пространстве для следующего движения с учетом перемещения партнеров. Свободный выбор точки пространства для следующего движения с учетом свободного выбора партнеров.

Пример: Учащиеся располагаются по периметру зала. Им предлагается закрыть глаза и погрузиться в музыку. Спустя какое-то время учащиеся, открыв глаза, начинают выходить на середину зала (это может быть как их собственным побуждением, так и инициативой педагога). Учащиеся, постепенно заполняя пространство всей группой, ощущают свое тело, пространство и партнеров. Перед ними ставится лишь одна задача: «меня влечет свободное пространство!» Если задача выполняется верно, то вся площадка будет более-менее равномерно заполнена, при этом никто ни с кем не должен сталкиваться.

Учащийся должен успевать видеть освободившееся пространство и двигаться в его направлении, но движение партнеров (приближающихся или удаляющихся) вносят корректировку в его движение. В дальнейшем упражнение может усложняться ускорением и замедлением ритма, а навыки, усвоенные здесь, обязательно используются для последующих упражнений.

Раздел 2. Самоощущение тела. Центры тела, ось тела, баланс, вес тела, три состояния тела (напряжение, расслабление, «свободное тело»).

Задача: ощутить, что происходит внутри тела (руки, ноги и т.д.) при статичном положении, при движении. Ориентация, внимание на внутреннем пространстве тела. Вторично внимание на форме тела в пространстве.

Основные упражнения (разработаны Стивеном Пэкстоном (основателем контактной импровизации):

1. «Маленький танец» (The small dance). Используя минимум энергии, наблюдать за небольшими перемещениями веса, удерживающими в состоянии равновесия.

2. Псевдо падения. Начинается с «маленького танца», постепенно увеличивая амплитуду и выходя из равновесия.

Упражнения по методике Энн Брук (Ann Brook):

Вибрация

Пульсация

«Морская звезда» (центральная лучевая структура)

Раздел 3. Дыхание.

Правильное дыхание способствует, не говоря уже о здоровье, большей выносливости в танце, выразительности, позволяет увеличить энергию танца.

Задача: соединить движения с дыханием.

Основные упражнения

Contraction – на выдохе, release – на вдохе

резкий вдох (активный, резкий, громкий) через нос – выдох через рот

затяжной вдох через нос

затяжной выдох через рот

3. Постановочная и репетиционная работа.

Работа над танцевальными номерами к спектаклям по предмету «актерское мастерство».

Шестой год обучения

Разделы:

1. Элементы классического танца (продолжение изучения).

классический экзерсис одной рукой за станок:

1. battement soutenu носком в пол и на 45 градусов в сторону, вперед, назад
2. battement fondu во всех направлениях en face и в позах на полупальцы
3. battement frappe на 30 градусов в сторону, вперед, назад и в позы на полупальцы
4. battement double frappe на 30 градусов в сторону, вперед, назад на demi-plie
5. battement double frappe в малые позы в пол
6. petit battement sur le cou-de-pied на полупальцах
7. rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на 45 градусов на полупальцах
8. grand battement jete pointe en face и в большие позы: croisee, - efface, ecartee, arabesque

на середине зала:

1. pas glissade во всех направлениях и в малые позы
2. pas assemble с продвижением en face во всех направлениях
3. pas jete en face и epaulement вперед и назад, в малые позы, на месте и с продвижением
4. pas echange по 2-ой и 4-ой позиции с окончанием на одну ногу
5. temps leve en face и epaulement
6. pas chasse назад и в сторону
7. sissonne ouverte en face с окончанием носком в пол и на 45 градусов в сторону, вперед, назад (приемом pas developpe)
8. preparation для пируэта en dehors и en dedans с 5, 2, 4 позиций

9. малый пируэт en dehors и en dedans с 5, 2, 4 позиций с окончанием в 5 и 4 позиции

2. Элементы джаз - танца (продолжение изучения).

Раздел 1: разогрев

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Соединение разогрева в единую комбинацию.
3. Сочетание различных ритмов во время движения

Раздел 2: координация, изоляция.

1. Соединение движений головы и других центров
2. плечи – разноритмические движения
3. грудная клетка – круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости
4. пелвис – соединение в комбинации ранее изученных движений, движения одним бедром
5. ноги, руки – соединение движений с движениями других изолированных центров, с комбинациями шагов.
6. понятие «бицентриа»
7. движение двух центров в параллель и в оппозицию

Раздел 3: упражнения для позвоночника.

1. продолжение изучения и тренировка пройденных движений
2. hinge

Раздел 4: вращения

1. вращения на двух ногах
2. piruete en dehors и endedans (на вытянутой опорной ноге и на plie)
3. touch turn
4. pique turn

Раздел 5: кросс

1. pas de bourge с продвижением назад
2. продолжение изучения пройденных движений
3. комбинации шагов в различных направлениях

Раздел 6: прыжки

1. sissonne с окончанием в attitude в сторону, вперед, назад, arabesque или passé
2. leap с одной ноги на другую, с продвижением
3. pas de chat по параллельной позиции

3. Элементы социальных (клубных танцев). Продолжение изучения.

1. Продолжение изучения базовых шагов.

2. Освоение более сложных элементов танцев (повороты, элементы дуэтного танца), освоение более сложных танцевальных связок и композиций.

3. Следующий этап - построение в танцах. Постепенно усложняется рисунок танца. Во время танца необходимо сохранять расстояние между партнерами полтора-два метра. Например, в построении партнерами образуется два круга: круг, по которому танцуют юноши, — меньший, девочки танцуют по большому кругу. Танцующие должны соразмерять свои движения так, чтобы юноша не обгонял девушку во время танца.

4. Элементы модерн танца и контактной импровизации.

Раздел 1. Пространственный экзерсис.

1. Движение и размещение в пространстве, вектора, линии, плоскости, траектория движения.

2. Основные способы перемещения: шаг, бег, прыжок, перекал, скольжение.

Задачи данного раздела усложняются. Учащиеся занимают свое место в пространстве, используя различные движения и темпы. Так, если на первом этапе это было обычное спокойное хождение, то, впоследствии, это может быть бег, прыжки, перекалы.

Раздел 2, 3. Самоощущение тела, дыхание.

1. Основные формы деформации тела: растяжение, сжатие, складывание, раскладывание, скручивание, сворачивание.

2. Понятие «энергия» в танце.

Задачи: соединить дыхание с движением и «энергией» в танце, уметь восстанавливать дыхание после большой нагрузки.

Раздел 4. Владение телом. Ведущие точки тела.

Основные действия: подъем, складывание, скольжение, поворот, бросок, опускание, перекал.

Задача: использовать всю поверхность тела для поддержки собственного веса. Последовательное включение частей тела и движение одновременно в нескольких направлениях. Постоянное смещение веса на соседние сегменты расширяет возможности импровизации и смягчает падения и перекалы. Использовать сферическое пространство (360*).

1. Ведущие точки тела.

Если присмотреться, в жизни люди при обычной ходьбе, опаздывая или прогуливаясь, двигаются по-разному. Одной из причин этого является точка ведения тела: кто-то, к примеру, движется грудью вперед, кто-то животом — точек ведения может быть множество! Мотиваций определения этой точки немало. Учащимся предлагается расслабить все мышцы. Делать это нужно поэтапно — от ног до головы, чтобы не удариться при опускании тела на пол. Помочь учащимся включить воображение может и игра «Кукла и кукловод». Все упражнение построено на импровизации и учащимся и педагога, точки ведения тела (к примеру, колени, грудь, локти, нос, ухо, указательный палец и

т. д.) могут меняться через расслабление всего тела или поэтапно один за другим.

2. Три состояния тела.

Понятия «напряжение», «расслабление», «свободное состояние» (состояние, при котором тело не расслаблено полностью, а напряжение распределяется на определенные мышцы ровно настолько, насколько необходимо, чтобы человек в свободном состоянии сидел, стоял, наклонился, полулежал и т. д.). Чтобы исполнить упражнение этого подраздела, учащиеся распределяются попарно. Один из них исполняет роль ведущего – ему необходимо будет фантазировать и импровизировать. Другой – ведомый, в его задачу входит точное сохранение трех состояний тела по команде или сигналу педагога. Таким образом, мы приходим не просто к импровизации, а к её наиважнейшей составляющей – контакту с партнером.

5. Постановочная и репетиционная работа.

Работа над танцевальными номерами к спектаклям по предмету «актерское мастерство»

Седьмой год обучения

Разделы:

1. Элементы классического танца (продолжение изучения)

классический экзерсис у станка одной рукой за станок:

1. полуповороты и повороты в различных упражнениях у станка: *battement tendu*, *battement tendu jete*, *battement fondu*, *battement frappe*; полуповороты и повороты выполняются на двух ногах через полупальцы с подменной ноги через *sur le cou-de-pie* на целой ноге и на полупальцах
2. поворот приемом *fouette en deors* и *en dedans* на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга *en face* из позы в позу с носком на полу, на 45 градусов (на целой стопе, с *demi-plie*, через полупальцы)
3. *pas tombe* на месте и с продвижением, с окончанием *sur le cou-de-pie*, носком в пол и на 45 градусов; *pas coupe*, *pas tombe* вводятся в упражнения: *battement fondu*, *battement frappe*, *petit battement*
4. 3-я форма *port de bras* с растяжкой вперед и назад, с переходом с одной ноги на другую (*pas degage*)
5. *battement soutenu* на 45 градусов *en face* и в позах (2 и 4 *arabesque*)
6. *battement fondu plie-releve*, *battement fondu demi rond de jambe*
7. *battement double fondu* на 45 градусов вперед, в сторону, назад *en face* и в позах
8. *tems releve lant en l'air* на 45 градусов, на полупальцах
9. *battement developpe plie-releve*
10. *battement developpe* на 90 градусов с *demi rond de jambe*
11. *battement developpe passé en face* и из позы в позу
12. *grand battement jete balancoire* вперед и назад

на середине зала:

1. tems lie на 90 градусов с переходом на всю стопу
2. tems lie sauté вперед и назад
3. tems leve в позах 1,2,3,4 arabesque (сценическая форма) на месте и с продвижением по диагонали
4. pas de basque вперед и назад
5. pas de chat из 5 в 5 позицию (сценическая форма)

2. Элементы джаз-танца (продолжение изучения).

Раздел 1. Разогрев.

На этом году обучения время для разогрева значительно сокращается. В разогреве используются уровни. Движения разогрева объединяются в одну комбинацию.

Раздел 2. Упражнения для позвоночника.

Упражнения для позвоночника стретч-характера в соединении с твистами, спиралями торса.

Раздел 3. Координация, изоляция.

1. трицентрия в параллельном направлении
2. использование различных ритмов в исполнении движений (например, один центр исполняет движение медленно и плавно, а другой – акцентировано и резко).
3. соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги и перемещением в пространстве.
4. соединение шагов и движения изолированных центров

Раздел 4. Кросс.

1. комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позам.

Раздел 5. Вращения.

1. вращения, как способ передвижения в пространстве
2. лабильные вращения
3. barrel turn
4. drag turn
5. pencil turn
6. поворот на коленях

Раздел 6. Прыжки.

1. комбинации прыжков, исполняемых по диагонали
2. hitch kick (ножницы) вперед, назад, в сторону

Раздел 7. Комбинация и импровизация.

1. комбинации с перемещением в пространстве
2. развернутые комбинации с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков
3. танцевальные этюды сюжетного характера

Раздел 8. Уровни.

1. перекаты на полу (сидя, с опорой на предплечья, через спину)
2. падения – с коленей на две руки, с ногой, вытянутой в arabesque
3. jazz split slide
4. slide (проскальзывание на коленях)

3. Элементы социальных (клубных) танцев.

- Продолжение изучения базовых элементов
- Продолжение изучения элементов парного танца
- Импровизация в паре на заданную тему (музыку)

4. Элементы модерн-танца, контактной импровизации.

Раздел 1. Пространственный экзерсис.

Размещение и движение в пространстве (вектора, линии, плоскости), создание композиции (центр композиции, атмосфера).

Задачи данного раздела усложняются. Учащиеся используют смены ритма в движении, сами движения усложняются.

Вторая часть данного раздела – композиция. Задача – находить свое место в композиции, уметь создавать композиции, находить их центр, дополнять и изменять их, научиться изменять пространство, меняя его ритм или производя действие в нем.

Раздел 2. Владение телом.

Гравитация, скорость, инерция, сцепление, форс – контр форс, жесткая фиксация положений тела.

Задача: уметь отдавать свой вес в пол, заземление (работа с полом). При этом важна осознанность, намеренность движений, готовность к движению (уметь подготовить свое тело к движению).

1. Ведущие точки тела, понятия центра, центра тяжести, равновесия при выполнении элементов дуэтного танца, поддержки с нахождением общего центра.

2. Три состояния тела. Постепенно упражнения усложняются, добавляются всевозможные элементы (перекаты, элементы парного танца и т.д.) на последующих этапах важным является нахождение мотивации поступков ведущего, нахождение не просто физического, но и психофизического действия, то есть подключение законов актерского мастерства.

Раздел 3. Взаимодействие.

Общий центр, мотивация действия и взаимодействия, контакт, диалог, конфликт, передача импульса другому телу, точка контакта, безопасность, доверие, границы (личное пространство), вес и поддержка.

Цикл в Контактной импровизации (КИ):

1. установить контакт
2. построить доверие
3. дать и получить поддержку
4. развить взаимоотношения
5. завершить их

Задачи: исследование природы взаимодействия, диалога, понимание и осмысление происходящих с собой и партнером процессов, преодолеть страх касания, знание того, как скатиться с партнера, не причиняя вреда себе и партнеру, безопасность как на физическом, так и на эмоциональном уровне, уважение к личному пространству каждого партнера, ясное осознание собственных границ, уважение к ним, доверие к самому себе .

Упражнения:

1. импровизация, танец с партнером без физического контакта (задача:)
2. ограниченные виды прикосновений (например, только локти, только пальцы рук и т.д.)
3. точка контакта (упр. с мячами и т.д.)
4. на «передачу импульса другому телу»
5. на доверие

5. Постановочная и репетиционная работа.

Работа над танцевальными номерами к спектаклям по предмету «актерское мастерство».

Восьмой год обучения

Разделы:

1. Элементы джаз-танца (продолжение изучения).

1. разогрев с использованием уровней
2. координация шага и движения изолированных центров
3. повороты на одной ноге на 360 градусов
4. танцевальные этюды сюжетного характера
5. использование падений и подъемов во время комбинации
6. hitch kick («ножницы») вперед, назад, в сторону
7. перекаты на полу (сидя, с опорой на предплечья, через спину)
8. падение: с коленей на две руки; с ногой, вытянутой в arabesque; назад, в сторону
9. jazz split slide
10. barrel turn (отклонение оси вращения от вертикали)
11. drag turn
12. pencil turn
13. поворот на коленях
14. slide (проскальзывание на коленях)
15. разучивание комбинаций и знакомство с различными стилями хореографов джаз-танца (Мэт Маттокс, Гус Джордано, Боб Фосс и др.)

2. Элементы социальных (клубных) танцев.

1. Продолжение изучения базовых элементов
2. Продолжение изучения элементов парного танца
3. Импровизация в паре на заданную тему (музыку)

3. Элементы модерн-танца и контактной импровизации.

Раздел 1, 2, 3, 4. Пространственный экзерсис, самоощущение тела, владение телом. Размещение и движение в пространстве, «захват пространства», «многообъектное внимание», композиция.

Задача: ощутить свое тело в пространстве, ориентировка в пространстве (уметь не сталкиваться, успевать увидеть то, что происходит вокруг), использовать «энергию», максимально заполнять собой свободную территорию.

Вторая часть (композиция) – создавать композиции (предметов, движений), чувствовать атмосферу композиции и определять законы движения в ней.

Музыкальная основа здесь должна иметь жесткий ритм, ударные инструменты главенствующие. Сам по себе набор предлагаемых учащимся движений (как в упражнениях, так и в танцевальных комбинациях) достаточно прост и состоит в основном из шагов, различных видов *pas chassé*, несложных вращений и прыжков.

Сложность состоит в характере исполнения и ориентировке в пространстве, осуществляемой с бесконечной сменой направлений движений в различные точки пространства, происходящей при этом в быстром темпе. Данное упражнение помогает подготовить организм, натренировать его к возможности смены точек пространства, в результате которого обычно притупляется шоковое восприятие мозгом смены направления, блокирующего параллельный физическому действию мыслительный процесс. Кроме того, и музыка, и пластика провоцируют активизацию энергии учащихся и раскрепощают. Основной упор в этом разделе делается на ощущения учащимися своего тела в пространстве. Работа с партнером здесь сведена до минимума: надо лишь не столкнуться с ним, а, значит, успевать видеть то, что происходит вокруг. Это имеет прямое отношение к теме предмета «мастерство актера», называемой «многообъектное внимание».

Раздел 5. Взаимодействие.

Вес и поддержка. Контакт, диалог, конфликт, дополнение, контрдействие. Вопросы безопасности, личной силы, близости, зависимости, независимости, границ, взаимодействия, контроля. Вопросы, связанные с весом, поддержкой, доверием, риском и отпусканием (приятием).

Задачи: уметь отдавать свой вес партнеру, принимать его вес, держать баланс, сохраняя при этом качество движения.

Упражнения:

1. падение на руки партнеру

2. простые поддержки
3. поддержки с общим центром
4. создание поддержек самостоятельно

Раздел 6. «Психология движения».

Раскрепощение психофизики, присутствие и действенность, импровизация в движении, спонтанность в потоке образов. Выразительность в танце и движении. Форма перформанса или «социального танца».

Задачи: создание сценического образа, используя средства пластической выразительности, психофизические характеристики персонажа, уметь использовать различные центры тела для создания движенческого образа персонажа.

Схема:

1. структура (простые действия)
2. задача (ритуал, чувства)
3. сценический образ, взгляд (важно умение видеть во время танца, а не только смотреть)

Важно не позволять обучающимся исполнить ни одного шага, ни одного жеста, ни одного поворота головы, не ответив на вопросы: почему я это делаю, чего хочу, что это означает для меня и что между нами происходит.

В начале первого года, на первых занятиях, в ходе наблюдения, педагог определяет уровень подготовленности детей и в соответствии с этим уровнем планирует работу по реализации программы. Диагностика результативности программы осуществляется на контрольных занятиях в конце учебного года. Качество знаний, умений и практических навыков обучающихся выявляются на итоговых занятиях, концертных, конкурсных выступлениях и открытых занятиях в конце учебного года. Итоговое занятие может строиться в виде опроса по всему материалу, разученному в какой-то определенный отрезок времени, или же для опроса отбирается отдельный раздел. Кроме этого, на занятиях ритмики активно применяются методы наблюдения, сравнения, собеседования, анкетирования и практические тесты.

Итоговое занятие должно включать отдельные фрагменты всех разделов программы и представлять собой законченный по форме музыкально-ритмический и танцевальный материал.

4. Методическое обеспечение программы.

Первый год обучения.

Занятия рассчитаны на обучающихся 6-7 лет. По четыре часа в неделю (144 часа в год).

Задачи: привить детям любовь к танцу, развить их музыкально-двигательные, творческие способности, чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитывать художественный вкус. Большую роль играют занятия импровизацией, которые побуждают детей к активности, инициативе и находчивости, развивают творческое воображение.

В основу обучения детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо положить игровое начало.

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Музыкально-ритмические упражнения	5	25	30
2	Двигательная импровизация и постановочная работа	3	15	18
3	Элементы классического танца	5	30	35
4	Элементы эстрадного танца	5	30	35
6	Элементы партерной гимнастики	1	25	26
	Всего часов за год			144

Второй год обучения.

Занятия рассчитаны на обучающихся 7-8 лет. По четыре часа в неделю (144 часа в год).

В процессе второго года обучения полученные ранее понятия расширяются и закрепляются.

Поочередное вступление на 2/4 и 4/4. Умение анализировать предлагаемую педагогом музыку, определять характер, музыкальный размер, строение. Расширяются представления о содержании и выразительных средствах музыки на новом музыкальном материале. Больше времени уделяется музыкально-танцевальным импровизациям. В программу постепенно включаются основные элементы джаз-танца.

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Музыкально-ритмические упражнения	3	20	23
2	Двигательная импровизация и постановочная работа		15	15
3	Элементы классического танца	3	30	33
4	Элементы партерной гимнастики		25	25
5	Элементы эстрадного танца		25	25
6	Элементы джаз-танца	3	20	23
	Всего часов за год			144

Третий год обучения

Занятия рассчитаны на обучающихся 8-9 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

В процессе третьего года обучения полученные ранее знания расширяются и закрепляются. Вводятся новые понятия: такт, затакт. Дирижирование из затакта. Пополняются знания основ музыкальной культуры, для сопровождения танцевальных этюдов и импровизации выбираются музыкальные произведения разных жанров и стилей. При этом дети должны понимать, что танец есть пластическо - эмоциональное выражение музыки.

Продолжается изучение классического экзерсиса, элементов джаз-танца, учитывая особенности учащихся класса, наличие специальных физических данных.

Репертуар танцев подбирается с учетом степени заинтересованности обучающихся, полезности художественного и физического развития, постановочных заданий для спектаклей по предмету «актерское мастерство».

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Музыкально-ритмические упражнения	3	30	33
2	Двигательная импровизация и постановочная работа		35	35
3	Элементы классического танца	3	39	42
4	Элементы эстрадного танца	3	35	38
5	Элементы партерной гимнастики		30	30
6	Элементы джаз-танца	3	35	38
	Всего часов за год			216

Четвертый год обучения.

Занятия рассчитаны на обучающихся 9-10 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

Обучающиеся уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала. Учитывая возрастные особенности детей, можно вводить в уроки соревновательный момент.

На основе уже полученных хореографических знаний ученики могут самостоятельно готовить небольшие танцевальные этюды.

Продолжается более углубленное изучение классического экзерсиса, элементов эстрадного танца, джаз-танца.

Репертуар танцев подбирается с учетом степени заинтересованности детей, полезности с точки зрения художественного и физического развития, творческих заданий по предмету «Актерское мастерство».

№	Раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Элементы классического танца	3	39	42
2	Элементы джаз-танца	3	35	38
3	Элементы партерной гимнастики		30	30
4	Постановочная и импровизационная работа		35	35
5	Элементы эстрадного танца	3	35	38
6	Музыкально-ритмические упражнения	3	30	33
	Всего часов за год			216

Пятый год обучения.

Занятия рассчитаны на обучающихся 10-11 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

Закрепляются и развиваются полученные танцевальные навыки и знания. Пополняются знания современных направлений хореографии (hip-hop, брейк данс, модерн, социальные танцы и др.)

Даются основы взаимодействия с партнером в танце (дуэт), понятие танцевальной каноничности (преемственности движений в различных группах танцующих), дуэтная импровизация.

С этого года обучения приобретенные танцевальные знания применяются в совместном решении творческих заданий по драматическим предметам (актерское мастерство, сценическая речь, сценическое движение), поэтому значительное количество времени отводится на репертуар и исполнительскую подготовку.

Педагог самостоятельно решает в каком жанре хореографии специализироваться группе, исходя из исполнительских возможностей и возрастных особенностей обучающихся.

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Элементы классического танца	2	40	42
2	Элементы джаз-танца	2	35	37
3	Элементы современных стилей	3	35	38
4	Элементы модерн-танца, контактной импровизации	2	35	37
5	Постановочная и репетиционная работа	2	35	37
6	Элементы партерной гимнастики		25	25
	Всего часов за год			216

Шестой год обучения.

Занятия рассчитаны на обучающихся 11-12 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Элементы классического танца	2	40	42
2	Элементы партерной гимнастики		25	25
3	Элементы джаз-танца	2	35	37
4	Элементы социальных танцев	3	35	38
5	Элементы модерн танца и контактной импровизации	2	35	37
6	Постановочная и репетиционная работа	2	35	37
	Всего часов за год			216

Седьмой год обучения

Занятия рассчитаны на обучающихся 12-13 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

Раздел "Контакт-импровизация" является важным и необходимым именно на завершающем этапе обучения. Учащиеся уже научились понимать разницу между свободным и расслабленным телом, пополнили свой багаж различными движениями, научились распределяться в пространстве. Теперь необходимо "слышать" не только свое тело, но и тело партнера. Теперь необходимо умело входить с партнером в контакт, не сговариваясь быть ведущим или ведомым, подчинять партнера себе или подчиняться самому. Придется находить общий центр двух тел и импровизировать, говоря иначе, фантазировать, чутко "прислушиваясь" друг к другу. Это как лабораторные исследования, результатом которых могут стать совершенно неожиданные находки в создании пластических этюдов или спектаклей.

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Элементы классического танца	2	40	42
2	Элементы джаз-танца	2	35	37
3	Элементы социальных (клубных) танцев	2	36	38
4	Элемент модерн-танца, контактной импровизации	2	35	37
5	Элементы партерной гимнастики		25	25
6	Постановочная и репетиционная работа	2	35	37
	Всего часов за год			216

Восьмой год обучения

Занятия рассчитаны на обучающихся 13-14 лет. По шесть часов в неделю (216 часов в год).

Модерн-джаз-танец на этом году обучения становится основой всего курса. Отрабатывается техника и качество исполнения изученных ранее движений.

№	раздел	Теория (кол-во Часов)	Практика (кол-во Часов)	Всего часов
1	Элементы джаз-танца	2	35	37
2	Элементы социальных (клубных) танцев	2	36	38
3	Элементы модерн- танца, контактной импровизации	2	35	37
4	Элементы классического танца	2	40	42
5	Элементы партерной гимнастики		25	25
6	Постановочная и репетиционная работа	2	35	37
	Всего часов за год			216

5. Список литературы.

Список литературы для педагога:

1. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Санкт-Петербург, «Лань» 2000
2. Воронина И.А. «Историко-бытовой танец» Москва 1980
3. Конорева Е.В. «Методическое пособие по ритмике», Москва, «Музгиз» 1987
4. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» Ленинград 1976
5. Маслова Н.Н. «Музыкально-ритмическое воспитание», методическое пособие для отделений «танцевальное творчество» училищ, колледжей культуры, школ искусств, Курск 1997
6. Михайлова М.А., Воронина Н.В., «Танцы, игры, упражнения для красивого движения», Ярославль 2000
7. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.» Москва Издательство «ГИТИС» 2000
8. Новерр Жан-Жорж «Письма о танце и балетах» Ленинград 1927
9. Полятков С.С. «Основы современного танца», Ростов-на-Дону, «Феникс» 2005
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать», Москва «Владос» 2003
11. Турик Л.А. Воспитание человека культуры. //Ж-л Научно – методический «Наука и практика воспитания и дополнительного образования» № 6, 2015
12. Федорова Г.П. «Пой, пляши, играй от души!», Санкт-Петербург, «Детство-пресс» 2001
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе», Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2000

Список литературы для обучающихся:

1. «100 Великих мастеров балета» Москва «Вече» 2010
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» Москва «Айрис пресс» 1999
3. Худеков С. «Всеобщая история танца» Эксмо 2009

Понятийный словарь классического танца

1. **Выворотное положение ног** - это является необходимым и обязательным условием техники выполнения элементов классического танца.
2. **Баллон**-умение зафиксировать позу в прыжке.
3. **Форс** - необходимое подготовительное движение руками для выполнения пируэтов.
4. **Апломб**-устойчивое положение занимающегося.
5. **Элевация** - способность танцора показать максимальную фазу полета в прыжке.
6. **Припарасьон** - подготовительные упражнения рукой или ногой перед началом выполнения элемента.
7. **Крестом** - выполнение элементов в следующих направлениях: вперед, в сторону, назад, в сторону или в обратном направлении.

Экзерсис у опоры или на середине

1. **demi plie**-(деми плие)-неполное «приседание».
2. **grand plie**-(гранд плие)-глубокое, большое «приседание».
3. **relevé**-(релеве)-«поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.
4. **battement tendu**-(батман тандю)-«вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП.
5. **battement tendu jeté**-(батман тандю жете)«бросок», взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом.
6. **demi rond**-(деми ронд)-неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45° и выше).
7. **rond de jamb par terre**-(ронд де жамб пар тер)-круг носком по полу круговое движение носком по полу.
8. **rond de jamb en l'air**-(ронд де жамб ан леер)-круг ногой в воздухе, стойка на левой правой в сторону, круговое движение голенью наружу или внутрь.
9. **en dehors** -(андеор)-круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты.
10. **en dedans**-(андедан)-круговое движение к себе, круговое движение внутрь.
11. **sur le cou de pied**-(сюр ле ку де пье)-положение ноги на щиколотке (в самом узком месте ноги), положение согнутой ноги на голеностопном суставе впереди или сзади.
12. **battement fondu**-(батман фондю)-«мягкий», «тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах.

13. **battement frappe**-(батман ффрапэ)-«удар» -короткий удар стопой о голеностопный сустав опорной ноги, и быстрое разгибание в коленном суставе (25°, 45°) в положение на носок или книзу.
14. **petit battement**-(пти батман)-«маленький удар»-поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.
15. **battu**- (ботю) -«бить» непрерывно, мелкие, короткие удары по голеностопному суставу только впереди или сзади опорной ноги.
16. **double**- (дубль)- «двойной», • **battement tendu** - двойной нажим пяткой • **battement fondu** -двойной полуприсед • **battement frapper** - двойной удар.
17. **pas**-(пасе) - «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в сторону, сзади.
18. **relevé**-(релевелянт) - «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.
19. **battement soutenu**-(батман сотеню)-«слитный»-из стойки на носках с полуприседом на левои, правую скольжением вперед на носок (назад или в сторону) и скольжением вернуть в ИП.
20. **développe**-(девелопе) - «раскрывание», «развернутый»,из стойки на одной ноге, другую скольльзящим движением до положения согнутой (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.
21. **adagio**-(адажио)-медленно, плавно включает в себя гранд плие, девелопе, релевелянт, все виды равновесий, пируэты, повороты. Слитная связка на 32, 64 счета.
22. **attitude**-(аттетюд) - поза с положением согнутой ноги сзади, стойка на левой, правую в сторону - назад, голень влево.
23. **terbouchon**-(тербушон) - поза с положением согнутой ноги впереди (аттетюд впереди) стойка на левои, правую вперед, голень вниз влево.
24. **degagé**-(дегаже)-«переход» из стойки на левой правую вперед на носок, шагом вперед через полуприсед по IV позиции, выпрямляясь, стойка на правой, левую назад, на носок. Из стойки на левой правая в сторону на носок, шагом в сторону через полуприсед по II позиции стойка на правой, левая в сторону на носок.
25. **grand battement**-(гранд батман) - «большой бросок ,взмах» на 90° и выше через положение ноги на носок.
26. **tombée**-(томбэ) - «падать» из стойки на носках в пятой позиции выпад вперед (в сторону, назад) с возвращением в ИП скольльзящим движением.
27. **picée**-(пике) - «колющий», стойка на левой правая вперед к низу, быстрое многократное касание носком пола.
28. **poué**-(пуанте) - «на носок», «касание носком» из стойки на левой , правая вперед, в сторону или назад на носок взмах в любом направлении с возвращением в ИП.
29. **balance**-(балансе) - «покачивание»,маятниковое движение ног вперед кверху - назад книзу, вперед - назад, вперед - назад кверху.
30. **allongée**-(аллянже) - «дотягивание», завершающее движение рукой, ногой, туловищем.

31. **pordebras**-(пор де бра) -«перегибы туловища»,наклон вперед, назад, в сторону. То же самое в растяжке.

32. **temps lie**-(тан лие)-маленькое адажио,1-полуприсед на левой,2 - правую вперед на носок, 3 - перенести центр тяжести на правую, левую назад на носок, 4-ИП 5.то же самое в сторону и назад.

33. **failli**-(фай)-«летающий», ИП - 5 позиция правая впереди. Толчком 2-мя прыжок вверх, опускаясь в скрестный выпад левой в сторону, левая рука вверх, правая назад -толчком левой и взмахом правой назад книзу прыжок вверх на 2 руки вниз.

34. **allegro**-(аллегро)-«веселый», «радостный»,часть урока, состоящая из прыжков, выполняемая в быстром темпе.

Вращения

1. **tour** (тур)- вращательное движение в воздухе с продвижением поворот в воздухе на 360° , 540° , 720° , 1080°

2. **tour lent** (турлян)- медленный поворот на полу поворот на носке опорной с фиксирующим опусканием пятки на пол на 90° , 180° , 360°

3. **pirouettes** (пируэт)- вращательное движение вокруг своей оси на полу поворот на полу 360° , 540° , 720° , 1080° .

4. **en tournant** (антурнан)- поворот поворот на 360°

5. **fouette** (фуэте)- «отхлест» шагом левой вперед, взмах правой вперед (книзу) с поворотом на 180° равновесие или выпад.

6. **soutenu** (сотеню)- «собирающий» из скрестной стойки правая перед левой, поворот на 180° , 360°

7. **renverse** (ренверсе)- «опрокидывающий» вставая на левую, взмах правой в сторону - назад голень назад внутрь, оттолкнувшись левой, поворот наружу, опуская правую в ИП.

Терминология джазового танца

	Джазовый термин	Расшифровка на русском языке	Разъяснение
	3-й позиция- обе руки скрещены перед грудью. 4-й позиция- одна рука над головой, другая в сторону. 5-й позиция- это 3-я позиция классического танца.		
	Jazz Dance second вовне. Jazz heand	Джаз танец секунд. Положение руки с напряженными, расставленными пальцами рук.	Выделяются позиции JazzDancesecod вовне. Плечи рук отводятся в стороны под углом 45 градусов относительно корпуса. Предплечья раскрываются в стороны параллельно полу, пальцы растопырены.
	JazzDancesecod вовнутрь.		Выделяются позиции JazzDancesecod вовнутрь. Плечи рук отведены в стороны , предплечья от локтя поворачиваются вовнутрь к груди. Ладони перед грудью.
	JazzDanceFifth		В джаз-танце также задействованы кисти рук. Обычно кисть направлена вперед, но может быть опущена вниз и отведена назад.
	JerkPosition		Плечи рук отведены назад, а предплечье – вперед. Кисти и пальцы расслаблены.
	Arhc	Арч «арка»	Положение торса с руками на 3-ю поз.(классический вариант) в поинте, позвоночник прогнут

			больше назад. Здесь применение позиции «арч», я сопоставляю с «аркой» в руках.
	Позиции ног и классического характера, джазового: основном параллельные (2-ая)		
	Auto- позиция	наружу	Применяются к позиции рук и ног; открытые, выворотные.
	In- позиция	внутри	Применяются к позиции рук и ног; закрытое положение.
	Point	роинт	Вытянутое положение стопы или руки.
	Flex (heel stand, ball drop, ball stand heel drop)	Флекс(стояние на пятке, опускание стопы на подушечку, стояние на подушечке)	Сокращенное положение стопы или руки. Речь идет о движениях нагруженных стоп, heeldrop начинается из положения: нагруженная подушечка стопы слегка касается пола (ballstand). Затем опускается на всю стопу (heeldrop). Далее перенос тяжести тела на пятку (heel stand). В основном речь идет о вариантах следования Point и Flex
	Actuation	аттукция	Движение связанное с разворотом нагруженных стоп в аут-позицию.
	Adduction	аддукция	Движение противоположное аттукция
	Isolation	изоляция	Каждая часть корпуса образует свое собственное изолированное поле напряжения и центр движения.
	Relax	релаксация	Необходимое для изоляции соотношение напряжения и расслабления в отдельных центрах.
	Contractjon	контракшен	Сжатие к центру, общее и изолированное

	Release	релиз	Растяжение от центра, может быть общим и изолированным.
	Collapse	Коллапс - позиция корпуса (разрушение, изнеможение)	позиция Коллапса означает, что верхняя часть корпуса до талии вместе с головой более или менее наклонены вперед, колени также согнуты, таз может свободно выступать назад.
	Coordination	координация	Если одновременно изолируются и активизируются несколько центров. Это является вершиной африканской эстетики танца, т.к. посредством ее из отдельных изолированных движений возникает новый образ движения.
	Combination	комбинация	Фигура, сделанная посредством нескольких движений вокруг одного центра.
	Opposition parallelisms	и Оппозиция и параллельность	Различные центры могут двигаться в одном направлении, т.е. параллельно, как и в разном – оппозиционно.
	Impulse	импульс	Изолированный центр вовлекает в движение другой центр. Сначала движется один центр и только затем приводится в движение другой центр. Вариант координации.
	Multiplication	мультипликация	Это явление параллельной техники изоляции. Как при помощи изоляции корпус распадается на свои центры, так и при мультипликации «целостное простое движение» распадается на несколько движений. Мультиплицированный шаг (стэп) называется дубль. Если вводятся два движения, то это триплет. Возможно и дальнейшее увеличение.
	Shake	Шейк (трясущие движения)	Это пример импульса. Вызывается шейк вращением лопаток. Эти импульсы далее

		плеч и спины)	вызывают движение шейка в грудной клетке и спине. Постепенно начинается сотрясаться корпус. В африканском танце – это явный признак того, что танцор достиг состояния экстаза.
	Bump	Толчок таза вперед	
	Droop	Дроп (падение или уронить голову или руки)	Падение в расслабленном виде всего корпуса , либо его отдельных частей тела
	Rises	Риз (давить)	
	Rouch	Двигать, толкать.	
	Slides	Слайд (скольжение)	Ровное скольжение на нагруженной ноге или обеих ногах одновременно. Движение начинается от бедер наружу с согнутыми коленями, и поза коллапс сохраняется.
	Body	Боди (корпус, тело)	Применяется к туловищу , когда верхняя часть туловища и колени согнуты.
	Bodyroll	Боди ролл (рулон) . Волнообразное движение всем телом.	Туловище как бы сворачивается в рулон, начиная с головы, плечи, пояс на согнутых коленях, руки опущены вниз в положение Droop.
	Kick	Кик. Удар ногой или пинок.	Можно применять в различных комбинациях(очень похоже на jete в классике), отличие – не только вытянутая стопа(Point), но и сокращенная (Flex). Бросок ноги через passe в любом направлении.
	Rubberlegs.	«Резиновая нога»	Это движение известно как движение «чарльстон». При этом оба бедра, оба колена и обе

			<p>стопы попеременно поворачиваются вовнутрь и наружу. Популярно выражаясь, преувеличенное «О» в ногах чередуется с преувеличенным «Х».</p>
	Walkingturn	<p>Валкинг тур. Поворот с шагом</p>	<p>Здесь можно рассмотреть несколько видов туров, хотя в джазе применяются только два вида поворотов. 1. Одна нога при повороте не отрывается от пола. 2. Обе ноги в повороте отрываются от пола. Валкинг тур – обе стопы в нейтральной позиции ног 1-й шаг – правая нога делает шаг вправо, 2-й шаг правой стопы с поворотом, левая стопа перекрещивается с правой с переносом тяжести на левую и тот час делается поворот на левой стопе.</p>
	Skippingturn	<p>Скипинг тур. Поворот с прыжком</p>	<p>Скипинг тур состоит из шагов и прыжка (hop). Шаг – правой ногой вправо, нп ней подскок. Левая стопа ставится крестом перед правой и с поворотом идет подскок на левой ноге, шаг правой ногой и подскок или прыжок.</p>
	Pivotturn	<p>Пивот тур. Поворот на месте</p>	<p>В джаз пируэтах обе ноги согнуты в коленях, правая нога – опорная, левая – рабочая – перед правым коленом. Верхняя часть корпуса в коллапсе, голова опущена к груди. Руки во 2-й поз., или перед грудью. Тур проводится вправо или влево как в классике.</p>
	Airturn	<p>Эр тур. Поворот в воздухе</p>	<p>Это прыжки в повороте, прыжок на одной ноге, прыжок с одной ноги на другую, отталкивание двумя ногами и приход на две ноги. Ноги в повороте согнуты и положение коллапс сохраняется. В сценической хореографии</p>

			возможно использование классических пируэтов.
	Thrust	Труст. Толчок ногой	
	Kickstep	Кик стэп. Шаг с ударом.	
	Swing	Свинг. (раскачивание тела и его частей)	Раскачивание тела и его частей, например,
	Head tiff Head trust Head accent	Толчки, броски и акценты головой.	Все движения головы могут исполняться медленно и непрерывно, а также быстро и толчкообразно. Связка 4а наклонов, подъемов, поворотов, например, голова опускается вниз, поворачивается вправо, наклоняется назад, поворачивается влево и возвращается в положение прямо.
	Sundari	Зундари.	Перемещение всех шейных позвонков в сторону, назад, и вперед. Это движение пришло из индийского танца. Голова в положение прямо неподвижна, активны только шейные мускулы, они расслабляются или сокращаются.
	Twist	Твист. Изгиб.	Любое движение, связанное с изменением направления движения. Например: одно плечо вперед, другое назад. Но движение красиво выглядит, когда находишься на низком уровне повороты торса вправо или влево (закрутка в спираль), как бы хочешь дотянуться до самой дальней точки.
	brash	Браш. Шаркание изолированной	Вынос ноги на носок на 45* или 90*, аналогично батману. Можно применять в различных комбинациях.

	Letauto	Лей аут.	Подъем прямой ноги без изоляции торса, торс параллелен полу. . Можно применять в различных комбинациях.
	Ketchstep	Кеч стэп. Шаг.	Разновидность шага,(три шага на месте) при котором вес тела перемещается с одной ноги на другую, на без движения вперед. Простая (основная) форма: левая стопа вперед, правая - сзади, нагружена, левая стопа с нагрузкой на месте. Шаги выполняются на согнутых коленях и коллапс.
	Stepbollchinch	Степ боллченч.	Шаг, полупальцы, перемена, движение аналогично па де буре классического танца.
	Flatbeck	Флэтбэк. Плоская спина.	Группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой, синоним Тейбл топ. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Tabletop	Тейбл топ.«поверхность стола»	Синоним Флэтбэк обычно обозначает наклоны торса вперед. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Limbo	Лимбо.	Наклон торса назад с любого уровня так низко, что исполнитель почти касается плечами пола.
	Stretch	Стрейтчинг. Растяжка.	Группа упражнений связанная с растяжением мышц тела. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Teach	Тач. Шаг.	Приставление ноги без веса тела. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Flatstep	Флэт степ. Шаг.	Плоский шаг ,шаг полной стопой с согнутыми коленями. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Jamb	Джамб. Прыжок.	Прыжок с двух ног на две ноги по различным позициям. Применяется в тренаже и в комбинациях.

	Hop	Хоп.	Шаг подскок. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Lip	Лиип.	Прыжок с одной ноги на другую. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Poosh	Пуш.	Толчок любой частью тела.
	Dipbodybend	Дипбодибенд	Глубокий наклон вперед (тело наклоняется ниже 90*) Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Jazzoak	Джаз уок.	Общее название всех джазовых шагов. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Rolldaunt	Ролл даун. Рулон.	Наклон торса вперед, начиная с головы, тело как бы сворачивается в рулон. Применяется в тренаже и в комбинациях.
	Rollapp.	Ролл ап. Рулон.	Подъем торса после Ролл даун; Подъем начинается от поясницы и последней поднимается голова. Применяется в тренаже и в комбинациях.

Диагностический материал

В ходе определения уровня освоения программы рассматриваются общие и специальные характеристики. Общие – такие, как работоспособность, самоотдача, контакт с партнерами, доброжелательность, отсутствие зависти, открытость, взаимовыручка. Специальные – владение телом, пластичность, координация, выворотность, ритмичность, гибкость, умение четко исполнять движения, эмоциональная выразительность и раскрепощенность на сцене.

Проведение диагностики необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребёнка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой и условно ориентируясь на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

Цель: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Диагностика проводится три раза в год: начало, середина и конец учебного года. В начале года, на первых занятиях, необходимо выяснить уровень, на котором находятся дети, для грамотного построения плана работы. В середине года диагностика осуществляется для выяснения динамики развития тех или иных параметров и эффективности выбранного педагогом плана работы. В конце учебного года диагностика осуществляется для определения уровня достижения цели поставленной на год. А также для составления примерного плана работы на будущий учебный год.

Оценка проводится по 10-балльной шкале, которая соответствует трём уровням: высокий 8 – 10 баллов, средний 5 – 7 баллов, низкий 1 – 4 балла.

В зависимости от возраста и года обучения педагог определяет разные критерии параметров, ориентируясь на объём умений, раскрытый в задачах по каждому году обучения.

№	Параметры	Начало года	Середина года	Конец года
1	Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных параметров)			

	средств выразительности)			
2	Эмоциональная сфера			
3	Проявление некоторых характерологических особенностей ребёнка (скованность- общительность, экстраверсия- интроверсия)			
4	Творческие проявления			
5	Внимание			
6	Память			
7	Подвижность нервных процессов			
8	Пластичность, гибкость			
9	Координация движений			

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Эмоциональная сфера – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям.

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать *экстраверсии* или *интроверсии*. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то скорее всего его можно определить как интроверта. (При подсчете баллов этот показатель не учитывается в среднем показателе).

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребёнка. Творческая одаренность

проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить своё восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно – это высокий уровень. Если выполняет с некоторыми подсказками – средний. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания – низкий.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6 – 8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3 – 5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается как низкий уровень.

Подвижность нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма – это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость. Баллы можно выставить следующим образом: N – норма (10 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) – от 1 до 9 баллов (В-1, В-2, З-1, З-2 и т.д.) в зависимости от степени выраженности данного качества

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижности суставов, гибкость позвоночника, позволяющая исполнять несложные акробатические упражнения («лягушка», «полушпагат» и др.).

Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребёнка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

Приложение 4

**Педагогическое наблюдение за уровнем освоения ключевых компетенций обучающихся в танцевальной студии «Блеск» рук. Малеев А.В.
за период _____ уч. год (1-10 баллов)**

Ф. И. О.	Здоровьесберегающая			Коммуникативная			Креативная			Социокультурная		
	З	У	В	З	У	В	З	У	В	З	У	В
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												

Параметры здоровьесберегающей компетенции

Знает -понимает:

1. знают и соблюдают основы личной гигиены;
2. знают и понимают влияние образа жизни и окружающей среды на здоровье

Умеет-владеет:

1. применять правила поведения в экстремальных ситуациях: наводнения, пожара, при встрече с опасными животными, насекомыми;
2. иметь многообразие двигательного опыта и умение использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга;

Владеет-действует:

1. владеть способами физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоконтроля;
2. владеть сознательным отношением к здоровому образу жизни

Параметры коммуникативной компетенции

Знает-понимает:

1. знают возможности получения необходимой информации.
2. основные принципы успешного взаимодействия в группе, коллективе.

Умеет-владеет:

1. представить и цивилизованно отстаивать свою точку зрения.
2. умениями искать и находить компромиссы;

Владеет-действует:

1. владеть способами взаимодействия с окружающими ; уметь задать вопрос, корректно вести учебный диалог;
2. владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями искать и находить компромиссы;

Параметры креативной компетенции

Знает-понимает:

1. Знают основы танцевальных направлений.
2. Знают принципы создания художественного образа танцевальной постановки.

Умеет-владеет:

1. извлекают пользу из имеющегося творческого опыта .
2. анализировать себя и окружающих.
3. решать творческие задачи, комбинируя приобретенные на занятиях в ДО знания..

Владеет-действует:

1. высокой степенью самоорганизации.
2. обладает уверенностью в себе при реализации творческих идей.

Параметры социальной компетенции

Знают-понимают:

1. систему социальных норм и ценностей в России и других странах;

Умеют-владеют:

1. действовать в сфере социальных отношений в соответствии с личной и общественной пользой
2. Осознавать собственные потребности и цели.
3. ориентироваться в ситуации общения;

Владеют-действуют:

1. элементами художественно-творческих компетенций исполнителя и зрителя. 2. определять свое место и роль в окружающем мире, в семье, в коллективе.

Приложение 5

Педагогическое наблюдение
за уровнем освоения обучающимися танцевальной студии «Блеск»
культурологической и информационной компетенций (пед. Малеев А.Е.)
за период _____уч.г. (оценка 1-10)

№ п/ п	Ф.И. обучающего ся	Культурологическая					Информационная			
		З		У		В	З	У		В
		1	2	1	2	1	1	1	2	1
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Приложение 6

Педагогическое наблюдение
за уровнем освоения обучающимися танцевальной студии «Блеск»
технической и аналитической компетенций (пед. Малеев А.Е.)
за период _____уч.г. (оценка 1-10)

№ п/ п	Ф.И. обучающегося	Техническая				Аналитическая			
		3	У		В	3	У		В
		1	1	2	1	1	1	2	1
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									

Диагностика нравственной самооценки

Инструкция.

Педагог обращается к обучающимся со следующими словами: «Сейчас я прочитаю вам 10-ть высказываний. Внимательно послушайте каждое из них. Подумайте, насколько вы с ними согласны (насколько они про вас) Если вы полностью согласны с высказыванием, оцените ваш ответ в 4-е балла; если вы больше согласны, чем не согласны – оцените ответ в 3-и балла; если вы немножко согласны – оцените ответ в 2-а балла; если вы совсем не согласны – оцените ответ в 1-н балл. Напротив номера вопроса поставьте тот балл, на который вы оценили прочитанное мной высказывание».

Пример: 1. – 3; 2. – 4 и т.д.

Текст вопросов:

1. Я часто бываю добрым со сверстниками и взрослыми.
2. Мне важно помочь однокласснику, когда он попал в беду.
3. Я считаю, что можно быть не сдержанным с некоторыми взрослыми.
4. Наверное, нет ничего страшного в том, чтобы наругать неприятному мне человеку.
5. Я считаю, что вежливость помогает мне хорошо себя чувствовать среди людей.
6. Я думаю, что можно позволить себе выругаться на несправедливое замечание в мой адрес.
7. Если кого-то в классе дразнят, то я его тоже дразню.
8. Мне приятно делать людям радость.
9. Мне кажется, что нужно уметь прощать людям их отрицательные поступки.
10. Я думаю, что важно понимать других людей, даже если они не правы.

Обработка результатов:

Номера 3, 4, 6, 7 (отрицательные вопросы) обрабатываются следующим образом:

Ответу, оцененному в 4 балла, приписывается 1 единица, в 3 балла – 2 единицы, в 2 балла – 3 единицы, в 1 балл – 4 единицы.

В остальных ответах количество единиц устанавливается в соответствии с баллом. **Например**, 4 балла – это 4 единицы, 3 балла – 3 единицы и т.д.

Интерпретация результатов:

От 34 до 40 единиц – высокий уровень нравственной самооценки.

От 24 до 33 единиц – средний уровень нравственной самооценки.

От 16 до 23 единиц – нравственная самооценка находится на уровне ниже среднего.

От 10 до 15 единиц – низкий уровень нравственной самооценки.

Диагностика отношения к жизненным ценностям

Инструкция:

«Представьте, что у вас есть волшебная палочка и список 10-ти желаний, выбрать из которых можно только 5-ть.» Список заранее написан.

Список желаний:

1. Быть человеком, которого любят.
2. Иметь много денег.
3. Иметь самый современный компьютер.
4. Иметь верного друга.
5. Мне важно здоровье родителей.
6. Иметь возможность многими командовать.
7. Иметь много слуг и ими распоряжаться.
8. Иметь доброе сердце.
9. Уметь сочувствовать и помогать другим людям.
10. Иметь то, чего у других никогда не будет.

Интерпретация:

Номера отрицательных ответов: №№ 2, 3, 6, 7, 10.

Пять положительных ответов – высокий уровень.

4-е, 3-и – средний уровень.

2-а – ниже среднего уровня.

0 – 1 – низкий уровень.

Репертуарный план

Младшая группа : 5-7 лет

1. Малыши-карандаши
2. Городские овечки
3. Ой, как ты мне нравишься!
4. С характером
5. Наше лето

Средняя группа: 8-10 лет

1. Лесные леприконы
2. Зимушка-зима
3. Сказочные гномы

Старшая группа: 10-13

1. Баллада о пиратах
2. Простая-дворовая
3. Французская полька
4. Валенки
5. Бездна