МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА

Рассмотрено
на педагогическом совете
протокол № 1
от « 31 » августа 2020 года

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ДДТ
О.В. Гончарова
от « 31 » августа 2020 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

по ритмике

«ЧУДЕСА»

художественная направленность

возраст обучающихся 7 - 10 лет
срок реализации – 4 года

Автор – составитель:
Музычук Светлана Ивановна
педагог дополнительного образования

ст. Тацинская
2020 год

Паспорт образовательной программы

Наименование ОП	**«ЧУДЕСА»**
Сведения об авторе	**Ф.И.О.** Музычук Светлана Ивановна
	Место работы: МБОУ ДО ДДТ
	Адрес: 347060 Ростовская обл. ст. Тацинская, ул. Песчаная,24 **Телефон:** 8-938-104-81-00
	Должность: педагог дополнительного образования
Участие в конкурсах авторских ОП	
Направленность ОП	художественная
Возраст обучающихся	7 – 10 лет
Срок реализации ОП	4 года
Нормативно-правовая база	Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. 07.05.2013 г.) «Об образовании в РФ» «Конвенция о правах ребенка» ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13.06.1990 года №1559-1 Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» Распоряжение Правительства РФ от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей» Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14» санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
Год разработки и редактирование ОП	2003 год – разработка образовательной программы
	Ежегодное редактирование программы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Известно, что эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате длительного поддержания статистической позы во время школьных занятий у обучающихся нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Программное содержание курса «Ритмика и танец» включает работу над музыкально-ритмическими навыками выразительного движения. Они составляют основу упражнений с музыкальными заданиями, подводят обучающихся к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, учат разбираться в многообразии характера музыки, смены темпа, воспроизводить метроритмические особенности через движение.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья обучающихся.

Направленность программы

Дополнительная образовательная программа «Ритмика и танец»имеет художественную направленность и предполагает развитие у детей младшего школьного возраста музыкальности, художественно-творческих способностей в процессе ознакомления с музыкально-ритмическими движениями и приобщением школьников к танцевальному искусству. Танец - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям.

Программа содержит следующие разделы:

- ***Ритмика***
- ***Танцевальная азбука***
- ***Танец***

Раздел ***«Ритмика»*** состоит из ритмических упражнений и анализа танцевальной музыки. Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным «тормозом» в развитии их танцевальных способностей.

Раздел **«Танцевальная азбука»** включает в себя изучение элементов классического, народного и эстрадного танцев.

Раздел ***«Танец»*** включает детские народные и эстрадные танцы. Широко используется сюжетные танцы, отражающие школьную жизнь, сказочные сюжеты, танцы тематическим праздникам в школе.

Импровизация на различные темы: образ, действие и т.д.

Руководствуясь основными принципами, изложенными в настоящей программе, педагог может увеличить или уменьшить объём и степень сложности материала в зависимости от состава класса и конкретных условий работы.

Формы и методы работы

Основной формой работы является учебное занятие **в группе**. Во время проведения занятия возможна **индивидуальная** форма работы педагога и обучающегося. Для развития творческих способностей используется **занятие-импровизация** и **занятие-игра**. Для того, чтобы показать результат деятельности используется **занятие-выступление**.

Цель программы: обучить элементам ритмики и танца, воспитать в обучающихся чувство к прекрасному (посредством хореографической пластики) чувства дружбы и коллективизма, развитиехудожественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи программы:

- ***Обучающая:*** формирование танцевальных умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала.
- ***Воспитательная:*** воспитывать в ребёнке творческую личность, умение работать в коллективе. Воспитывать культуру поведения и общения.
- ***Оздоровительная:*** организация здорового и содержательного досуга, формирование правильной осанки.
- ***Развивающая:*** развитие творческих способностей, психических познавательных процессов – память, внимание, мышление, воображение; развитие чувства прекрасного, умение видеть красоту и образность окружающего мира.

Отличительные особенности программы

В основу реализации программы положены ***ценностные ориентиры, воспитательные результаты,*** определение видов организации деятельности обучающихся, направленных на достижение ***личностных и предметных результатов*** освоения учебного курса.

Программа «Ритмика и танец» основана на гармоничном слиянии базовых форм физической культуры и нетрадиционных форм проведения занятий с детьми. Все это будет способствовать не только физическому развитию ребенка, но также развитию его творческих способностей и повышению интереса к занятиям. Поможет каждому ребенку быть телесно и психически здоровым, многогранно способным, радостным и счастливым.

Данная программа рассчитана на 4 года обучения, для детей младшего школьного возраста:
1 год обучения (1 класс) 1 занятие в неделю по 1 часу – 36 часов.
2 год обучения (2 класс) 1 занятие в неделю по 1 часу – 36 часов.
3 год обучения (3 класс) 1 занятие в неделю по 1 часу – 36 часов.
4 год обучения (4 класс) 1 занятие в неделю по 1 часу – 36 часов.

Ожидаемые результаты
В конце обучения по программе обучающиеся должны:

- знать правильность постановки корпуса, головы, рук, ног;
- уметь координировать движения рук и ног;
- уметь определять темпы в музыке (медленный, умеренный, быстрый) и их изменения(ускорение, замедление);
- уметь откликаться на динамические оттенки в музыке и простейшие ритмические рисунки,
- уметь понимать и определять характер музыки;
- уметь правильно держать осанку;
- должны быть развиты следующие навыки общения в коллективе: доброжелательное отношение к окружающим, чуткость, общительность, отзывчивость, готовность сотрудничать;
- уметь придумывать отдельные элементы для танцевальных этюдов.

В конце полугодия результаты освоения программы отражаются в карте оценки результатов освоения программы. В конце года проводятся контрольные занятия, которые включают в себя тестовые задания на основе пройденного материала по всем разделам программы. Так же результатом обучения являются выступления в концертах.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы программы	1 год	2 год	3 год	4 год
1	Ритмика	6	6	6	6
1.1	Элементы музыкальной грамоты	2	2	2	2
1.2	Музыкально-ритмические упражнения	4	4	4	4
2	Танцевальная азбука	24	24	24	24
2.1	Элементы классического танца	8	8	8	8
2.2	Элементы народного танца	8	8	8	8
2.3	Элементы эстрадного танца	8	8	8	8
3	Танец	42	42	42	42
3.1	Постановка танцевальных этюдов	40	40	40	40
3.2	Импровизация	2	2	2	2
Итого:		**72**	**72**	**72**	**72**

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	**Ритмика**	**6**	**3**	**3**
1.1	Изучение темпов музыкально-ритмической работы	1	0.5	0.5
1.2	Слушание музыки, определение темпа	1	0.5	0.5
1.3	Ритмические хлопки	1	0.5	0.5
1.4	Простой шаг на месте в заданном темпе	1	0.5	0.5
1.5	Чередование шага и хлопков. Пружинка.	1	0.5	0.5
1.6	Комбинации движений, состоящие из изученных элементов	1	0.5	0.5
2	**Азбука хореографии**	**24**	**12**	**12**
2.1	Классический танец. Его красота, манера исполнения	1	0.5	0.5
2.2	Позиции рук и ног в классическом танце	1	0.5	0.5
2.3	Шаг на полупальцах	1	0.5	0.5
2.4	Релеве по 6 позиции	1	0.5	0.5
2.5	Демиплие по 1 позиции	1	0.5	0.5
2.6	Батман тандю по 1 позиции	1	0.5	0.5
2.7	Батман тандю жете по 1 позиции	1	0.5	0.5
2.8	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
2.9	Народно-характерный танец, его особенности, манера исполнения	1	0.5	0.5
2.10	Положения стопы и подъема в народно-	1	0.5	0.5

	характерном танце			
2.11	Позиции рук и ног в народном танце	1	0.5	0.5
2.12	Простой шаг с носка в характере русского танца	1	0.5	0.5
2.13	Простой шаг на полупальцах	1	0.5	0.5
2.14	Шаг на пяточках	1	0.5	0.5
2.15	Шаг на внутренней и внешней стороне стопы	1	0.5	0.5
2.16	Боковой приставной шаг	1	0.5	0.5
2.17	Эстрадный танец. Манера его исполнения	1	0.5	0.5
2.18	Взаимосвязь эстрадного танца с классическим и народным	1	0.5	0.5
2.19	Бодрый шаг в характере эстрадного танца	1	0.5	0.5
2.20	Спокойный шаг в характере эстрадного танца	1	0.5	0.5
2.21	Упражнения на выработку осанки	1	0.5	0.5
2.22	Движения с поднимания носка вверх и вынесением его в сторону, вперед и назад	1	0.5	0.5
2.23	«Маятник» - перенос веса тела с пятки на носок	1	0.5	0.5
2.24	Изучение простых танцевальных комбинаций	1	0.5	0.5
3	**Танец**	**42**	**21**	**21**
3.1	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.2	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.3	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.4	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.5	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.6	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.7	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.8	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.9	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.10	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.11	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.12	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.13	Отработка изученного материала	1	0.5	0.5

3.14	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.15	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.16	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.17	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.18	Отработка изученного материала	1	0.5	0.5
3.19	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.20	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.21	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.22	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.23	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.24	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.25	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.26	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.27	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.28	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.29	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.30	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.31	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.32	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.33	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.34	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.35	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.36	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.37	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.38	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.39	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.40	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5

	ИТОГО:	72	36	36

Содержание программы 1 года обучения:

1. ***Ритмика***

1.1 Элементы музыкальной грамоты

Теория:

Изучение темповмуыкально-ритмической работы:
Moderato (модерато) – умеренно;
Allegro (аллегро) – быстро, весело;
Adagio (адажио) – адажио.

Практика:

Слушание музыки, определение темпа.

1.2 Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Правила исполнения упражнений.

Практика:

А) ритмические хлопки.
Б) простой шаг на месте в заданном темпе.
В) чередование шага и хлопков
Г) пружинка
Д) комбинации движений, состоящие из изученных элементов.

2. ***Азбука хореографии***

2.1 Элементы классического танца

Теория:

Правила положения рук и ног в заданной позиции.

Практика:

Изучение позиций рук и ног в классическом танце.

2.2 Элементы народного танца

Теория:

Правила положения рук и ног в заданной позиции.

Практика:

Изучение позиций рук и ног в народном танце

2.3 Элементы эстрадного танца

Шаги в характере эстрадного танца:

- *Бодрый шаг* – обыкновенный шаг, но более устремлённый и решительный.
- *Спокойный шаг* – неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню.

3. Танец

А)постановка танцевальных этюдов

Теория:
Правила исполнения элементов этюда.

Практика:
Постановка этюда. Разучивание отдельных движений, затем соединение их в комбинации.

Б) импровизация
Обучающиеся придумывают движения, характерные заданному образу.

К концу 1 года обучающиеся будут знать:

- Музыкальные темпы;
- Позиции рук и ног в классическом и народном танце;

Уметь:

- Определять темпы в музыке;
- Исполнять шаги в характере классического, народного и эстрадного танцев;
- Исполнять этюды, разученные в течение года.

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	**Ритмика**	**6**	**3**	**3**
1.1	Характер в музыке: веселый, грустный, лирический, торжественный	1	0.5	0.5
1.2	Слушание музыки, определение музыкального характера	1	0.5	0.5
1.3	Приставные шаги в быстром и медленном темпе, в торжественном и лирическом характере	1	0.5	0.5
1.4	Пружинистые шаги	1	0.5	0.5
1.5	Легкий бег	1	0.5	0.5
1.6	Танцевальные связки из изученных движений	1	0.5	0.5
2	**Азбука хореографии**	**24**	**12**	**12**
2.1	Культура движения рук, выразительность	1	0.5	0.5
2.2	Закономерность переходов рук из одного	1	0.5	0.5

	положения в другое			
2.3	Батман тандю в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.4	Батман тандю жете в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.5	Шаг на полупальцах, правила исполнения	1	0.5	0.5
2.6	Бег на полупальцах, правила исполнения	1	0.5	0.5
2.7	Разучивание комбинации движений с шагом на полупальцах	1	0.5	0.5
2.8	Разучивание комбинации движений с бегом на полупальцах	1	0.5	0.5
2.9	Источник яркости и живописи народных танцев.	1	0.5	0.5
2.10	Особенности русского и казачьего танцев	1	0.5	0.5
2.11	Быт и нравы разных народностей	1	0.5	0.5
2.12	Правила исполнения шага на «носочках» в характере русского танца. Разучивание шага	1	0.5	0.5
2.13	Правила исполнения шага с «каблучка» в характере русского танца. Разучивание шага	1	0.5	0.5
2.14	Шаг на пяточках	1	0.5	0.5
2.15	Шаг на внутренней и внешней стороне стопы	1	0.5	0.5
2.16	Разучивание танцевальных комбинаций	1	0.5	0.5
2.17	Приставной шаг	1	0.5	0.5
2.18	Приставной шаг с хлопком на 4	1	0.5	0.5
2.19	Приставной шаг с хлопком и каблуком на 4	1	0.5	0.5
2.20	Приставной шаг с полуприседанием по 6 п. на 2 и 4	1	0.5	0.5
2.21	Выполнение упражнений на наклоны корпуса во всех направлениях	1	0.5	0.5
2.22	Выполнение различных шагов на развитие координации	1	0.5	0.5
2.23	Выполнение упражнений для подготовки к прыжкам	1	0.5	0.5
2.24	Выполнение упражнений на соединение шагов и прыжков	1	0.5	0.5
3	**Танец**	**40**	**20**	**20**
3.1	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.2	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.3	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5

3.4	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.5	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.6	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.7	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.8	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.9	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.10	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.11	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.12	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.13	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.14	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.15	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.16	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.17	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.18	Отработка изученного материала	1	0.5	0.5
3.19	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.20	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.21	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.22	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.23	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.24	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.25	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.26	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.27	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.28	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.29	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.30	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5

3.31	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.32	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.33	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.34	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.35	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.36	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.37	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.38	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.39	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.40	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
	ИТОГО:	72	36	36

Содержание программы 2 года обучения:

1. ***Ритмика***

1.1.Элементы музыкальной грамоты

Теория:

Характер в музыке: весёлый, грустный, лирический, торжественный.

Практика:

Слушание музыки, определение музыкального характера.

1.2. Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Правила исполнения упражнений.

Практика:

А) приставные шаги в быстром и медленном темпе, в торжественном и лирическом характере;

Б) пружинистый шаг;

В) лёгкий бег;

2. ***Азбука хореографии***

2.1. Элементы классического танца

Теория:

Правила исполнения шага на полупальцах. Правила бега на полупальцах в характере классического танца.

Практика:

Шаг на полупальцах. Бег на полупальцах. Разучивание комбинаций использованием шага и бега на полупальцах.

2.2. Элементы народного танца

Теория:

Правила исполнения шага «с носочка» в характере русского танца.

Правила исполнения шага «с каблучка».

Практика:

Изучение шага «с носочка» и шага «с каблучка».

2.3. Элементы эстрадного танца

Шаги в характере эстрадного танца:

- *Приставной пружинистый шаг* в характере эстрадного танца в комбинации движений;
- Разучивание различных рисунков танца (линия, круг и т.д), движение изученными шагами в этих рисунках.

3. Танец

А)постановка танцевальных этюдов

Теория:

Правила исполнения элементов этюда.

Практика:

Постановка этюда. Разучивание отдельных движений, затем соединение их в комбинации.

Б) импровизация

Обучающиеся придумывают движения, характерные заданному действию.

К концу 2 года обучающиеся будут знать:

- Характеры в музыке;
- Правила исполнения элементов классического, народного и эстрадного танцев;

Уметь:

- Исполнять приставные шаги в быстром и медленном темпе, в торжественном и лирическом характере;
- Исполнять изученные элементы классического, народного, эстрадного танцев;
- Исполнять этюды, разученные в течение года.

Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	**Ритмика**	**6**	**3**	**3**
1.1	Такт, затакт	1	0.5	0.5
1.2	Слушание музыки. Определение такта, затакта	1	0.5	0.5
1.3	Разучивание движений на координацию	1	0.5	0.5
1.4	Разучивание движений на координацию	1	0.5	0.5
1.5	Прыжки в комбинации движений	1	0.5	0.5
1.6	Прыжки в комбинации движений	1	0.5	0.5
2	**Азбука хореографии**	**24**	**12**	**12**
2.1	Позы: круазе, экарте, эфасе	1	0.5	0.5
2.2	Релеве по 1 позиции	1	0.5	0.5
2.3	Танцевальный шаг с вытягиванием пальцев ног	1	0.5	0.5
2.4	Легкий бег	1	0.5	0.5
2.5	Основные правила смены ног при выполнении движений вперед, назад и в стороны	1	0.5	0.5
2.6	Закономерности координации движений рук и головы	1	0.5	0.5
2.7	Демиплие и гранд плие по 1.2.3 позициям	1	0.5	0.5
2.8	Батман тандю, батман тандю жете по 5 позиции	1	0.5	0.5
2.10	«Гармошечка»	1	0.5	0.5
2.11	«Гармошечка» в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.12	«Ковырялочка»	1	0.5	0.5
2.13	«Ковырялочка» в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.14	Демиплие и гранд плие в характере русского танца	1	0.5	0.5
2.15	Батман тандю носок-каблук в характере татарского танца	1	0.5	0.5
2.16	Батман тандю жете в характере русского танца	1	0.5	0.5
2.17	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
2.18	Приставной пружинистый шаг в рисунке «квадрат»	1	0.5	0.5
2.19	Комбинация движений в продвижении по	1	0.5	0.5

	линиям			
2.20	Комбинация движений в продвижении по кругу	1	0.5	0.5
2.21	«Уголок» на приставных шагах	1	0.5	0.5
2.22	Выполнение различных комбинаций шагов	1	0.5	0.5
2.23	Выполнение упражнений для гибкости и подвижности позвоночника	1	0.5	0.5
2.24	Выполнение перемещений по пространству зала	1	0.5	0.5
3	**Танец**	**42**	**21**	**21**
3.1	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.2	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.3	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.4	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.5	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.6	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.7	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.8	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.9	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.10	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.11	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.12	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.13	Отработка изученного материала	1	0.5	0.5
3.14	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.15	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.16	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.17	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.18	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.19	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.20	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.21	Отработка манеры исполнения изученных	1	0.5	0.5

	движений			
3.22	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.23	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.24	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.25	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.26	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.27	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.28	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.29	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.30	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.31	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.32	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.33	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.34	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.35	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.36	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.37	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.38	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.39	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.40	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
	ИТОГО:	72	36	36

Содержание программы 3 года обучения:

1. ***Ритмика***

1.1.Элементы музыкальной грамоты

Теория:

Такт, затакт.

Практика:

Слушание музыки, определение такта и затакта.

1.2. Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Правила исполнения упражнений.

Практика:

А) движения на координацию;

Б) прыжки в комбинации движений;

2. *Азбука хореографии*

2.1. Элементы классического танца

Теория:

Позы в классическом танце. Правила исполнения.

Практика:

Изучение поз классического танца: croisee (круазе), ecartee (экарте), efface (эфасе).

2.2. Элементы народного танца

Теория:

Правила исполнения «гармошечки» и «ковырялочки», тройной притоп.

Практика:

Изучение «гармошечки», «ковырялочки», тройного притопа.

2.3. Элементы эстрадного танца

Шаги в характере эстрадного танца:

- *Приставной пружинистый шаг* в характере эстрадного танца в рисунке «квадрат»;
- Разучивание различных рисунков танца (линия, круг и т.д), движение изученными шагами в этих рисунках.

3. Танец

А)постановка танцевальных этюдов

Теория:

Правила исполнения элементов этюда.

Практика:

Постановка этюда. Разучивание отдельных движений, затем соединение их в комбинации.

Б) импровизация

Обучающиеся придумывают движения, характерные заданному действию.

К концу 3 года обучающиеся будут знать:

- Определение такт, затакт;
- Позы классического танца, разученные в течение года;
- Правила исполнения «гармошечки», «ковырялочки»;

Уметь:

- Определять такт, затакт в музыкальном произведении;
- Исполнять элементы классического, народного, эстрадного танцев;
- Исполнять этюды, разученные в течение года.

Учебно-тематический план 4 года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	**Ритмика**	**6**	**3**	**3**
1.1	Понятие об акценте, паузах, ритмическом рисунке	1	0.5	0.5
1.2	Слушание музыки, умение выделить акценты, паузу.	1	0.5	0.5
1.3	Разучивание ритмических рисунков на хлопках	1	0.5	0.5
1.4	Разучивание ритмических рисунков на притопах	1	0.5	0.5
1.5	Движения из затакта	1	0.5	0.5
1.6	Комбинации движений в быстром и медленном темпе	1	0.5	0.5
2	**Азбука хореографии**	**24**	**12**	**12**
2.1	Dempssaute по 1 позиции	1	0.5	0.5
2.2	Pas echappena 2 позицию	1	0.5	0.5
2.3	Релеве по 3 позиции	1	0.5	0.5
2.4	Шаг на полупальцах в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.5	Выразительные особенности классического танца	1	0.5	0.5
2.6	Комбинация деми и грандплие	1	0.5	0.5
2.7	Комбинация батман тандю	1	0.5	0.5
2.8	Комбинация батман тандю жете	1	0.5	0.5
2.9	Переменный шаг	1	0.5	0.5
2.10	Тройной притоп в продвижении	1	0.5	0.5

2.11	Ковырялочка	1	0.5	0.5
2.12	Ковырялочка в комбинации движений	1	0.5	0.5
2.13	Припадане в сторону по 3 позиции	1	0.5	0.5
2.14	Перескоки с ноги на ногу, на всю стопу. Бег на месте и с продвижением вперед на полупальцах	1	0.5	0.5
2.15	Шаркающий шаг: каблуком по полу, полупальцами по полу	1	0.5	0.5
2.16	Боковоеприпадание: с двойным ударом полупальцами сзади и спереди опорной ноги.	1	0.5	0.5
2.17	Упражнения на выработку осанки	1	0.5	0.5
2.18	«Маятник» - перенос веса тела с пятки на носок, с одной ноги на другую	1	0.5	0.5
2.19	Изучение простых танцевальных комбинаций	1	0.5	0.5
2.20	Повтор танцевальных комбинаций	1	0.5	0.5
2.21	Упражнения для развития подвижности позвоночника	1	0.5	0.5
2.22	Развернутые комбинации с использованием движений позвоночника	1	0.5	0.5
2.23	Упражнения для расслабления позвоночника. Адажио.	1	0.5	0.5
2.24	Выполнение движений в паре	1	0.5	0.5
3	**Танец**	**42**	**21**	**21**
3.1	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.2	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.3	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.4	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.5	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.6	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.7	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.8	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.9	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.10	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.11	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.12	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5

3.13	Отработка изученного материала	1	0.5	0.5
3.14	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.15	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.16	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.17	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.18	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.19	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.20	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.21	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.22	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.23	Разучивание комбинации движений	1	0.5	0.5
3.24	Разучивание нового рисунка	1	0.5	0.5
3.25	Отработка техники исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.26	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.27	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.28	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.29	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.30	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.31	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.32	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
3.33	Соединение изученных элементов в танцевальную связку	1	0.5	0.5
3.34	Отработка манеры исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.35	Отработка синхронности исполнения изученных движений	1	0.5	0.5
3.36	Разучивание танцевальной связки в продвижении	1	0.5	0.5
3.37	Разучивание танцевальной связки	1	0.5	0.5
3.38	Переход из одного рисунка в другой	1	0.5	0.5
3.39	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5

3.40	Разучивание танцевальных элементов	1	0.5	0.5
	ИТОГО:	72	36	36

Содержание программы 4 года обучения:

3. Ритмика

1.3. Элементы музыкальной грамоты

Теория:

Понятие об акценте, паузах, длительности, ритмическом рисунке.

Практика:

Умение выделить акценты, паузу. Умение определять музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4.

2.3 Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Правила исполнения упражнений.

Практика:

Умение производить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых.

4. Азбука хореографии

3.1. Элементы классического танца

Теория:

Прыжки в классическом танце. Правила исполнения прыжков.

Практика:

Разучивание прыжков классического танца: dempssaute по 1 позиции, pasechappena вторую позицию.

3.2 Элементы народного танца

Теория:

Правила исполнения «переменного шага», тройного притопа в продвижении.

Практика:

Изучение «переменного шага», тройного притопа в продвижении в различных рисунках.

3.2. Элементы эстрадного танца

Шаги в характере эстрадного танца:

Разучивание комбинаций движений в характере эстрадного танца.

4. Танец

А)постановка танцевальных этюдов

Теория:

Правила исполнения элементов этюда.

Практика:

Постановка этюда. Разучивание отдельных движений, затем соединение их в комбинации.

Б) импровизация

Обучающиеся придумывают движения, характерные заданному действию.

К концу 4 года обучающиеся будут знать:

- Понятие об акценте, паузах, длительности, ритмическом рисунке.
- Правила исполнения изученных элементов классического, народного и эстрадного танцев;

Уметь:

- Выделять акценты, паузу;
- Определить музыкальный размер;
- производить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых.
- Исполнять элементы классического, народного и эстрадного танцев;
- Исполнять этюды, разученные в течение года.

III. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Позиции ног в классическом танце

Позиции рук в классическом танце

Позы в классическом танце

Поза croisee вперед. Исходное положение — epaulementcroise, пятая позиция, правая нога впереди.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, головой слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук. На *два и* правая нога вытягивается вперед в направлении точки 8 плана класса, левая рука поднимается в третью позицию, правая рука открывается на вторую позицию, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки. На *три и четыре* поза croisee вперед сохраняется. На *раз и* второго такта левая рука раскрывается на вторую позицию, и на *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, а правая нога возвращается, по правилу battementtendu, в пятую позицию, заканчивая позу в исходное положение. На *три и четыре* исходное положение сохраняется (рис. 26).

Поза croisee назад. Исходное положение — epaulementcroise.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук. На *два и* левая нога вытягивается назад, в направлении точки 4 плана класса, левая рука поднимается в третью позицию, правая — открывается на вторую позицию,

голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки. На *три и четыре* поза croisee назад сохраняется. На *раз и* второго такта левая рука раскрывается на вторую позицию, на *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, а левая нога возвращается в пятую позицию, заканчивая позу в исходном положении. На *три и четыре* исходное положение сохраняется (рис. 27).

Поза effacee вперед. Исходное положение — epaulementefface, пятая позиция, правая нога впереди.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к правому плечу, взгляд направлен на кисти. На *два и* правая нога вытягивается вперед в направлении точки 2 плана класса, левая рука поднимается в третью позицию, правая — открывается на вторую позицию, голова поворачивается налево, взгляд соответствует повороту головы; корпус, усиливая подтянутость, сохраняя ровность бедер и ровные раскрытые и опущенные плечи, слегка отклоняется назад. На *три и четыре* поза effacee сохраняется. На *раз и* второго такта левая рука раскрывается на вторую позицию, на *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, корпус выравнивается, а правая нога возвращается в пятую позицию, заканчивая позу в исходное положение. На *три и четыре* исходное положение сохраняется (рис. 28).

Поза effacee назад. Исходное положение — epaulementefface, правая нога впереди.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к правому плечу, взгляд направлен на кисти. На *два и* левая нога вытягивается назад в направлении точки 6 плана класса, левая рука поднимается в третью позицию, правая рука открывается на вторую позицию, голова, поворачиваясь налево, слегка поднимается, взгляд следует за кистью левой руки, корпус, усиливая подтянутость, сохраняя ровность бедер и ровные, раскрытые и опущенные плечи, направляется вперед, сообщая всей фигуре линию полета. На *три и четыре* поза effacee сохраняется. На *раз и* второго такта левая рука раскрывается на вторую позицию, корпус выравнивается, голова поворачивается налево, взгляд следует за кистью руки. На *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, левая нога возвращается в пятую позицию, и поза заканчивается в исходном положении. На *три и четыре* исходное положение сохраняется (рис. 29).

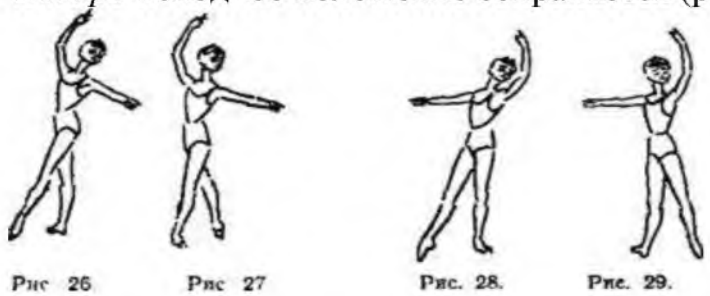

Рис 26 Рис 27 Рис. 28. Рис. 29.

Croisee Croisee Effacee Effacee
Вперед назад вперед назад

Поза ecartee назад. Поза ecartee назад наглядно объясняет смысл термина ecartee — удаленный, обращенный в сторону. Поэтому рекомендуется изучать ее сначала в этом направлении.

Исходное положение — epaulementeffacee, пятая позиция, правая нога впереди.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к правому плечу, взгляд направлен на кисти. На *два и* правая нога, усиливая выворотность, вытягивается внаправлений точки 4 плана класса, правая рука поднимается в третью позицию, левая открывается на вторую позицию, голова поворачивается налево, взгляд следует за кистью левой руки, корпус, усиливая подтянутость, сохраняя ровность бедер и ровность раскрытых и опущенных плеч, слегка наклоняется налево. На *три и четыре* поза ecartee назад сохраняется, обе ноги предельно натянуты и выворотны. На*раз и* второго такта правая рука раскрывается на вторую позицию. На *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, корпус выравнивается, правая нога возвращается в пятую позицию вперед, и поза ecartee назад заканчивается в исходном положении. На *три и четыре* исходное положение сохраняется.

Поза ecartee вперед. Исходное положение — epaulementefface, пятая позиция, левая нога впереди.

На *раз и* руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу На *два и*правая нога вытягивается в направлении точки 2 плана класса, правая рука поднимается в третью позицию, левая рука открывается на вторую позицию, голова, поворачиваясь направо, слегка поднимается, корпус, усиливая подтянутость, сохраняя ровность бедер и ровность раскрытых и опущенных плеч, слегка отклоняется налево, сообщая позе ecartee горделивую осанку. На *три и четыре* поза ecartee вперед сохраняется (обе ноги предельно натянуты и выворотны). На *раз и* второго такта правая рука открывается на вторую позицию, корпус выравнивается, голова сохраняет поворот направо. На *два и* обе руки опускаются в подготовительное положение, нога возвращается в пятую позицию назад, и поза заканчивается в исходном положении. На *три и четыре* исходное положение сохраняется.

Прыжки в классическом танце

TEMPS LEVE SAUTE

Temps levesaute — прыжоксместа.

Исходное положение — первая позиция, корпус подтянут, колени сильно вытянуты, руки в подготовительном положении, голова enface.

На *раз и два* ноги, усиливая выворотность, достигают в demiplie максимального сгиба голеностопного сустава, пятки плотно прижаты к полу, корпус прямой и подтянутый (во всех прыжках классического танца demiplie как перед прыжком, так и после выполняют строго по указанным правилам).

На *и* ноги сильно отталкиваются от пола, тотчас же вытягивают в прыжке колени, подъем и пальцы и, сдерживая инерцию падения, фиксируют в

воздухе первую позицию. На *три и* прыжок заканчивается в demiplie; ноги переходят с носка на всю стопу. На *четыре* колени, сохраняя выворотность, медленно вытягиваются, и ноги возвращаются в исходное положение (рис. 31).

Рис 31. Tempslevesaute

Tempslevesaute изучают в первой, второй и пятой позициях.

Примечание. В demiplie перед прыжком пятки должны быть особенно плотно прижаты к полу при полной выворотности ног. Это исключает совершенно недопустимое двойное plie и сообщает ногам силу в прыжке. Ноги в воздухе должны быть предельно натянуты, фиксируя позиции. Корпус в момент отрыва от пола подтянут и спокоен. Руки свободно и спокойно сохраняют правильное подготовительное положение.

Тщательное выполнение правил при tempslevesaute в позициях — основа для всех прыжков классического танца.

Сначала tempslevesaute изучают лицом к палке в первой позиции. Однако, исполняя прыжок, следует сохранять его самостоятельность, не упираясь руками в палку. Усвоив натянутость ног в воздухе и эластичность demiplie в конце прыжка, упражнение переносят на середину зала.

Музыкальный размер 4/4. В музыке сочетаются два темпа: плавный — сопровождает demiplie, отрывистый, энергичный — подчеркивает прыжок.

Вначале tempslevesaute исполняют на один такт. Впоследствии на один такт приходится два прыжка: на *раз*— demiplie, на *и* — прыжок, на *два*— demiplie, на *и*— прыжок, на *три и* — demiplie, на *четыре* — вытянуться в исходное положение.

PAS ECHAPPE НА ВТОРУЮ ПОЗИЦИЮ

Прыжок echappe — прыжок с просветом. Его изучают на вторую позицию, усвоив tempslevesaute на второй и пятой позициях. Исходное положение — пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

На *раз*— demiplie, голова поворачивается enface. На *и* йоги сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке пятую позицию в воздухе. На *два*предельно вытянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, раскрываются, опускаясь в demiplie на вторую позицию. На *и* ноги, не расслабляя мышц, сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке вторую позицию в воздухе. На *три* предельно натянутые ноги, сдерживая инерцию падения и усиливая выворотность, соединяются, заканчивая прыжок в demiplie пятой позиции — левая нога

впереди, *поворот головы налево.* На *четыре ноги* вытягиваются, и ёспаррё исполняется с левой ноги (рис. 32).

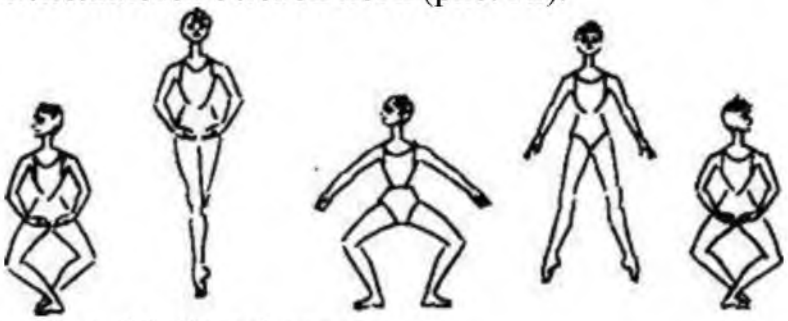

Рис. 32. Pasechappe

Примечание. Demiplie пятой и особенно второй позиции должно быть эластичным и непрерывным, пятки плотно прижаты к полу, при полной выворотности ног. Это исключает возможность двойного plie перед прыжком и сохраняет силу ног для прыжка. Корпус подтянут и спокоен, особенно в прыжке со второй позиции в пятую. Руки сохраняют спокойное подготовительное положение.

Сначала ёспаррё изучают лицом к палке. Усвоив правильность и точность перехода из позиции в позицию во время прыжка, движение переносят на середину зала.

Музыкальный размер 4/4. В музыке, как и для предыдущих прыжков, сочетаются плавный и четкий темпы Echappe исполняется на один такт. В дальнейшем возможно исполнение - echappe также на такт 4/4, но начиная demiplie за тактом. Затакт — две восьмых. На первую восьмую — demiplie. На вторую восьмую — прыжок в пятой позиции. На *раз* demiplie на второй позиции, на *и* прыжок на второй позиции, на *два* demiplie в пятой позиции. На *три и* колени вытягиваются. *Четыре и* — затакт к началу следующего echappe.

Диагностика уровня обученности производится системно (начало года, середина, конец года) в содружестве педагога дополнительного образования и педагога — психолога.

В начале первого этапа обучения проводится «срезовая диагностика музыкальных способностей и танцевальных навыков» Данные заносятся в общую таблицу и в результате получаем количественные показатели диагностируемых способностей и наблюдаемых качеств каждого обучающегося.

Азбука музыкального движения. Проверяются знания музыкальных размеров, темпов, характеров и т.д.

Классический танец. Знания терминологии классического танца, умение исполнять все движения классического танца в правильной манере, пластичность.

Народно-характерный танец. Знание особенностей народно-характерного танца. Взаимосвязь между классическим и народным танцем. Умение испонить движение заданной народности в правильной манере.

Эстрадный танец. Знание манеры исполнения изученных стилей эстрадного танца.

Танцевальная импровизация. Умение импровизировать под музыку на заданный образ, под заданную музыку. Умение самостоятельно придумать движения под заданную музыку.

Используется метод наблюдения, т.е. педагог заранее формулирует, что именно он хочет наблюдать у детей, затем все параметры выносятся на разработанную шкалу, и в результате получаем количественные показатели наблюдаемого качества у каждого ребенка.

Используется метод тестирования достижений. Тест достижений представляет собой набор вопросов по программе с вариантами ответов, из которых один правильный

Тесты к разделу «Классический танец»

1. **Demi plié**
   А) глубокое, большое приседание
   Б) «бросок», взмах
   В) неполное приседание

2. **Rond de jamb parterre**
   А) скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперёд, в сторону, назад с возвращением
   Б) круг носком по полу
   В) положение ноги на щиколотке (в самом узком месте ноги), положение согнутой ноги на голеностопном суставе впереди и сзади.

3. **Battement tendujete**
   А) «бросок», взмах в положение книзу (25%, 45%) крестом
   Б) «мягкий», «тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тзобедренном и коленном суставах.
   В) удар стопой о голеностопный сустав опорной ноги, и быстрое разгибание в коленном суставе (25%, 45%) в положение на носок или к низу.

4. **Ronddejambenl'air**
   А) поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног
   Б) круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а так же повороты.
   В) круг ногой в воздухе,стойка на левой правая в сторону, круговое движение голенью наружу или внутрь.

5. **En dedans**
   А) «маленький удар» поочерёдно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.
   Б) круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

В) «слитный» - из стойки на носках с полуприседанием на левой ноге, правую скольжением вперед на носок (назад или в сторону) и скольжением вернуть в ИП.

6. **Battementfondu**

А) «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в сторону, сзади.

Б) «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

В) «мягкий», «тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах.

7. **Grandplie**

А) глубокое, большое «приседание».

Б) «раскрывание», «развернутый», из стойки на левой ноге, правую скользящим движением до положения согнутой ноги (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.

В) «колющий», стойка на левой правая вперед к низу, быстрое многократное касание носком пола.

8. **Grandbattement**

А) «покачивание», маятниковое движение ног вперед кверху - назад книзу, вперед - назад, вперед - назад кверху.

Б) «большой» бросок,взмах на 90° и выше через положение ноги на носок.

В) «дотягивание», завершающее движение рукой, ногой, туловищем.

9. **Battementtendu**

А) «вытянутый», скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП.

Б) поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.

В) «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону.

10. **Pordebras**

А) «большой бросок ,взмах» на 90° и выше через положение ноги на носок.

Б) «колющий», стойка на левой правая вперед к низу, быстрое многократное касание носком пола.

В) «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону.

11. **Développe**

А) поза с положением согнутой ноги сзади, стойка на левой ноге, правую в сторону - назад, голень влево.

Б) «маленький удар» - поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.
В) «раскрывание», «развернутый», из стойки на левой ноге, правую скользящим движением до положения согнутой ноги (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.

12. Demirond

А) неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45ана 90° и выше).
Б) круг носком по полу круговое движение носком по полу.
В) круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты.

13. Endehors

А) «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в сторону, сзади.
Б) круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты
В) круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

14. Sur le cou de pied

А) положение ноги на щиколотке (в самом узком месте ноги),положение согнутой ноги на голеностопном суставе впереди или сзади.
Б) «бросок»,взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом.
В) круг носком по полу круговое движение носком по полу.

15. **Relevé**

А) неполное «приседание».
Б) «поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.
В) «большой бросок ,взмах» на 90° и выше через положение ноги на носок.

16. Adajio

А) медленно, плавно включает в себя гранд плие, девелопе, релевелянт, все виды равновесий
Б) «слитный»-из стойки на носках с полуприседанием на левой ноге, правую скольжением вперед на носок (назад или в сторону) и скольжением вернуть в ИП.
В) «мягкий», «тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном сустава.

17. Battementfrappe

А) «на носок», «касание носком» из стоики на левой , правая вперед, в сторону или назад на носок взмах в любом направлении с возвращением в ИП.

Б) «удар» -короткий удар стопой о голеностопный сустав опорной ноги, и быстрое разгибание в коленном суставе (25°, 45°) в положение на носок или книзу.

В) «падать» из стойки на носках в пятой позиции выпад вперед (в сторону, назад) с возвращением в ИП скользящим движением.

18. Relevelent

А) круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

Б) «покачивание», маятниковое движение ног вперед кверху - назад книзу, вперед - назад, вперед - назад кверху

В) «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

19. Attitude

А) поза с положением согнутой ноги сзади, стойка на левой ноге, правую в сторону - назад, голень влево.

Б) поза с положением согнутой ноги впереди (аттетюд впереди) стоика на левои, правую вперед, голень вниз влево.

В) «дотягивание», завершающее движение рукой, ногой, туловищем.

20. Petitbattement

А) «удар» -короткий удар стопой о голеностопный сустав опорной ноги, и быстрое разгибание в коленном суставе (25°, 45°) в положение на носок или книзу.

Б) «маленький удар»-поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.

В) «вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП.

Тесты к разделу «Народный танец»

1. Хореография – это…
   а) пение под музыку
   б) движения под музыку
   в) музыка для хора

2. Какие танцы относятся к народным?
   а) бальные
   б) русские народные
   в) танцы народов мира

3. Какой жанр танца относится к русскому народному?
   а) хоровод
   б) чарльстон
   в) вальс

4. Какие движения танцевальной лексики характеризуют народный танец?
   а) крис-крос
   б) болео
   в) дробь

5. Какой элемент костюма относится к женскому казачьему?
   а) баска
   б) облегающее платье
   в) брюки

6. Кто одним из первых исполнил русский народный танец?
   а) поляки
   б) люди
   в) скоморохи

7. Что характеризует народный танец?
   а) частая и резкая смена движений
   б)относительно быстрое или относительно медленное повторение и варьирование основных движений

8. Найдите русский народный танец
   а) барыня
   б) венский вальс
   в) гопак

9. Найдите грузинский народный танец
   а) менуэт
   б) лезгинка
   в) молдовеняска

10. Какие изобразительные средства (атрибуты) используют в украинском народном танце?
   а) гармошка
   б) бубен
   в) сабля

Духовно-нравственное развитие детей отслеживается в ходе открытых занятий, письменных работ, эссе, в ходе участия в благотворительных концертах, народных праздниках, патриотических мероприятих (опрос, тест, педагогическое наблюдение).

На основании полученных данных проводится самокоррекцияпрограммы с целью достижения ее максимального эффекта.

IV. ЛИТЕРАТУРА

1. Лифиц И. В. Ритмика: Учеб. Пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений .Издат. Центр «Академия» , 1999 г.
2. Н. П. Базарова – В. П. Мей Азбука классического танца.
3. Е. В. Конорова Методическое пособие по ритмике. Издательство «Музыка» Москва 1972
4. А. Е. Чибрикова-ЛуговскаяРитика. Методическое пособие.
5. Дополнительная образовательная программа художественно-эстетического развития детей старшего дошкольного возраста «Каблучок». Составитель программы научный руководитель – Михеева Е. В., к. п. н., доцент кафедры педагогики и психологии ИПК и ППРО ОГПУ.