

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 70»  
426054, г. Ижевск, ул. Школьная, д.54, 593449

ПРИНЯТО  
Протокол педагогического совета  
№ 1  
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ №70»  
Е.А. Филимонцева  
Приказ № 140  
от «30» августа 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

**РИТМИКА И ТАНЕЦ**

Возраст обучающихся: 6-12 лет

Срок освоения: 4 года

Составитель:  
Воробьева Мария Олеговна,  
Педагог дополнительного образования

Ижевск, 2024

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика и танец» имеет **художественную направленность**.

**Уровень усвоения** – базовый (общекультурный).

Данная программа направлена на освоение обучающимися основ хореографического искусства, развитие их ритмических, исполнительских способностей, общефизического, нравственного уровня.

**Актуальность.** В настоящее время актуальна проблема снижения у обучающихся работоспособности, ухудшение внимания и памяти, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Движение в ритме, заданном музыкой, способствует работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Немаловажным является и то, что систематические занятия танцем и ритмикой формируют и соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность.

Занятия по данной программе помогут обучающимся правильно развиваться, повысить физическую работоспособность, быть здоровым.

**Отличительные особенности программы. Новизна программы.** Практика хореографического образования показывает необходимость формирования не только специальных исполнительских приемов классического, народного, современного танцев, воспитания музыкального вкуса, расширения кругозора, но и развитие мотивации детей к познанию и творчеству; содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе; сохранение и охрана здоровья детей, ориентацию индивидуальных особенностей обучающихся, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самобытность.

В основе содержания лежат программы А.Я.Вагановой «Основы классического танца», Г.П.Гусева «методика преподавания народного танца», Ж.Е.Фирелевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.

**Адресаты программы:** обучающиеся в возрасте 6-12 лет.

На обучение по программе «Ритмика и танец» принимаются все дети независимо от физиологических показателей, пола, уровня танцевальных способностей.

Количество обучающихся в группе не менее 15 человек.

**Объем программы:** общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 288 часов.

По годам обучения:

1 год обучения – 72 часа

2 год обучения – 72 часов

3 год обучения – 72 часов

4 год обучения – 72 часов

**Формы обучения:** очная. При реализации Программы могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе с элементами дистанционных технологий и электронного обучения (Сферум, ВКонтакте, электронная почта, Multiurok.ru, Инфоурок).

*Формы организации текущей работы* – индивидуальные, групповые, коллективные.

Для достижения поставленных целей и задач, исходя из специфики программы, предусматриваются следующие формы и методы работы с обучающимися:

- учебные занятия;
- концертные выступления;
- мастер-классы;

- посещение концертов с последующим анализом;
- участие в конкурсах различного уровня, в том числе российского и международного.

**Вариативность содержания** – на занятиях предоставляются задания различного уровня сложности в зависимости от уровня развития обучающихся.

**Срок освоения программы** – 4 года.

Обеспечивает возможность достижения планируемых результатов.

**Режим работы:**

Занятия 1 раз по 2 часа в неделю или 2 раза по 1 часу в неделю;

**Цель программы:** приобщение обучающихся к танцевальному виду деятельности, развитие их художественного вкуса, подготовка к самореализации в современных условиях.

**Задачи:**

**Личностные**

- формировать культуру общения, навыки бесконфликтного взаимодействия друг с другом, самостоятельного проявления способностей,
- прививать навыки здорового образа жизни.

**Метапредметные**

- развивать мотивацию к танцевальному виду деятельности, потребность в саморазвитии;
- воспитывать настойчивость, целеустремленность, дисциплинированность, трудолюбие;
- прививать чувства прекрасного в соприкосновении с музыкой и миром танца;
- развивать навыки самоконтроля, волевой саморегуляции (контроль поведения, правильности выполнения упражнений, контроль ситуации успеха, неуспеха), чувство такта и культурных привычек в процессе группового взаимодействия, сотрудничества.

**Предметные**

- формировать правильную осанку, развивать координацию и культуру движений, развивать танцевальные и музыкальные умения и навыки;
- обучать основам хореографии (классический танец, народный, эстрадный).

**Планируемые результаты**

**Личностные**

- умение контактировать и сотрудничать в коллективной творческой деятельности;
- учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде;
- навыки здорового образа жизни.

**Метапредметные**

- творческая индивидуальность, интерес к классическому, современному танцам и искусству в целом;
- навыки трудолюбия, дисциплинированности, ответственности;
- умение оценивать, адекватно воспринимать предложения и приходить к общему решению в совместной творческой деятельности.

**Предметные**

- Знание танцевальных терминов, стилей, элементов танца (современного, народного, классического)
- исполнительские умения и навыки эстрадного танца;
- навыки согласованности движения с музыкой, ориентирование в пространстве;
- умение слышать окончания музыкальных фраз, различать строение музыкальных произведений
- умение соединять движения, производить их в последовательности.

**Формы контроля:**

**Начальный (входной, стартовый) контроль** (на момент зачисления на программу) – выявление уровня танцевального развития;

**Текущий контроль** (в течение всего периода обучения) – устный опрос, наблюдение, просмотр, участие в конкурсах, фестивалях, показательное выступление.

**Промежуточный контроль** (проводится в конце 1 полугодия) – проверка теоретических знаний (тест-опрос), публичное выступление.

**Итоговый контроль (промежуточная аттестация)** - (в конце летнего периода и в конце освоения программы) – тест-опрос, практическое задание.

**Учебный план  
1 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
2.	Эмоционально - творческое развитие	10	2	8	Практическое задание
3.	Танцевально-ритмическое развитие	12	4	8	Опрос Педагогическое наблюдение
4.	Исполнительские навыки	15	3	12	Проверка умений
5.	Постановочная работа	20	4	16	Просмотр
6.	Концертная деятельность	4	1	3	Просмотр, открытое занятие
7.	Культурно-образовательная деятельность	5	-	5	Педагогическое наблюдение Просмотр
8.	Итоговое занятие	4	1	3	
8.1	Промежуточный контроль 1 полугодие	2	0,5	1,5	Тест Публичное выступление
8.2	Итоговый контроль (промежуточная аттестация) 2 полугодие	2	0,5	1,5	
	<b>Итого за год</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	

**Содержание  
1 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие**

**Теория:**

Инструктаж по технике безопасности.

Правила охраны труда, правила противопожарной безопасности учреждения.

Правила безопасности при выполнении физических упражнений

История хореографии.

**Практика:**

Игры «Автомобиль», «Ты и Я».

**Раздел 2. Эмоционально-творческое развитие**

**Теория:**

Рисунок танца.

Особенности взаимодействия с партнером в танце.

Что такое танцевальная импровизация?

Элементы и основные комбинации танца.

Средства выразительности для создания образа в танце.

**Практика:** пластические этюды

- «шахерезада»; «котята»; «дельфин»; «морская звезда»; «лесные жители»; «барыня»; «деревянные и тряпичные куклы»;

*Образные этюды:*

- «тугая резинка»; «под дождем»; «трансформеры»; «птичий двор»; «Гулливер и лилипуты»; «кот и мыши»;  
перестраивания из одной фигуры в другую; владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, – головы; навыки комбинирования движений;– умение ориентироваться на сценической площадке.

### **Раздел 3. Танцевально-ритмическое развитие**

**Теория:**

Анатомическое строение тела; приемы дыхания

Роль физической культуры в формировании– здорового образа жизни

Темп и ритм

Шаги и подскоки, подготовительные упражнения.

**Практика:**

Комплекс упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма на развитие гибкости корпуса, координацию движений.

*Экзерсис на середине:*

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

*Партнерная гимнастика:*

- «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
- «Карандаши» (упражнения для силы ног)
- «Угольки» (упражнения для стоп)
- Постановка корпуса, апломб.
- «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника)
- «колечко» (упражнения для позвоночника)
- «самолетики» (упражнения для мышц спины)
- «березка» (стойка на лопатках)

### **Раздел 4. Исполнительские навыки**

**Теория:**

Характер музыки. Звуки

Выразительные средства для создания художественного образа.

Особенности постановки корпуса, ног, рук, головы.

Танцевальные жанры и стили.

Общение со зрителем посредством танца.

**Практика:**

*Экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2;
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battment tandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

*Kross( упражнения по диагонали):* танцевальный шаг, танцевальный бег, боковой галоп, махи вперед, в стороны, «ножницы», «колесо», подскоки, Grand jete

### **Раздел 5. Постановочная работа**

**Теория:**

Что такое сюжет танца.

Роль музыки в танце.

Танцевальный этюд.

Танцевальное движение.

**Практика:**

Постановка сюжетных танцев: «Пчёлки», «Лягушки», «Зайчики», «Утки», «Индийский», «Батарейки», «Мороженное».

Постановка танцевального этюда.

**Раздел 6. Концертная деятельность**

**Теория:**

Сценическое исполнение и оформление танца.

**Практика:**

Выступление на открытом занятии перед родителями.

Показательное выступление, участие в концертных мероприятиях.

**Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность**

**Практика:**

1. Экскурсии в ВУЗы, колледжи культуры, театральные коллективы
2. Творческие встречи с артистами, хореографами и др. (ранняя профориентация) помощь обучающимся, испытывающим трудности

**Раздел 8. Итоговое занятие**

Тема 8.1 Промежуточный контроль 1 полугодие

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление

Тема 8.2 Итоговый контроль (промежуточная аттестация)

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление.

**Планируемые результаты  
1 год обучения**

**Личностные**

- учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде;
- навыки здорового образа жизни.

**Метапредметные**

- интерес к танцевальному искусству в целом;
- навыки трудолюбия, дисциплинированности;

**Предметные**

- знание правил поведения на занятиях;
- освоение позиций рук и ног;
- умение самостоятельно придумывать движения, фигуры во время танцевальных игр;
- навыки ориентирования в пространстве;
- понимание характера музыки, различие темпа, определение музыкального размера;
- умение согласованность движения с характером музыки;
- навыки правильной осанки;
- умение выполнять пластические, гимнастические и образные этюды.

**Учебный план  
2 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
2.	Классический танец	15	5	10	Практическое задание
3.	Народный танец	15	5	10	Практическое задание
4.	Современная хореография	15	5	10	Практическое задание
5.	Постановочная работа	13	3	10	Просмотр
6.	Концертная деятельность	4	1	3	Участие в концерте, конкурсе
7.	Культурно-образовательная деятельность	4	-	4	Педагогическое наблюдение Просмотр
8.	Итоговое занятие	4	1	3	
8.1	Промежуточный контроль 1 полугодие	2	0,5	1,5	Тест Публичное выступление
8.2	Итоговый контроль (промежуточная аттестация) 2 полугодие	2	0,5	1,5	
	<b>Итого за год</b>	<b>72</b>	<b>21</b>	<b>51</b>	

**Содержание  
2 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие**

Инструктаж по охране труда.  
Правила противопожарной безопасности, ПДД.  
Техника безопасности во время занятий танцем.

**Раздел 2. Элементы классического танца**

**Теория:**

История классического танца.  
Основы классического танца.  
Позы классического танца: (большие и маленькие позы).

**Практика:**

*экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- позиции ног: 1,2,3,4;
- позиции рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- позы на середине зала, у палки: efacee и ecarte предварительно из исходного положения Eраulement efface.

Все позы изучаются в медленном, плавном темпе на четыре такта 4/4, два такта 4/4, один такт 4/4.Позы выполняют не менее 2-4 раз с каждой ноги.



*экзерсис у палки:*

В начале года лицом к палке, в конце – боком.

1. battement tendu в сторону, 1 п.н.
2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.
4. Demi-plie 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
5. battement tendu jete из 1 и 5 позиции
  - в сторону
  - вперед
  - назад.
6. Releve подъем на полупальцы.
7. Grand plie .
8. battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45.
9. battement releve lend на 45 – в сторону, вперед, назад.
10. Grand battement jete в сторону, вперед, назад.
11. Port de bras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

### **Раздел 3. Элементы народного танца**

#### ***Теория:***

История народного танца.

Что такое танцевальная позиция.

Позиции ног.

Позиции рук.

Положение ног и рук, корпуса, головы, кисти.

#### ***Практика:***

*Экзерсис у палки:*

1. приседания: полуприседания медленные, с наклоном корпуса, с подъемом на полупальцы и наклоном корпуса.
2. упражнения на развитие стопы: подготовительные упражнения, перевод ноги с носка на пятку и обратно.
3. маленькие броски: подготовительные упражнения, маленькие броски основной вид.
4. круговые движения ногой по полу: по полу носком, по полу пяткой.
5. низкие и высокие развороты ноги.
  - подготовительные упражнения.
  - низкие развороты ноги, медленные.
6. упражнения с ненапряженной стопой.
  - «от себя» и «к себе».
7. подготовка к «веревочке».
8. зигзаги, «змейка».
  - подготовительные упражнения.
  - зигзаги одинарные.
9. раскрывание ноги на 90.

### **Раздел 4. Современная хореография**

#### ***Теория:***

Особенности исполнения современного танца и его многообразие.

Выразительные средства для создания художественного образа в танце.

#### ***Практика:***

*Акробатические упражнения:*

- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- седы (на пятках, углом);
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения лежа на спине, «шпагаты» и складки;
- техника правильного приземления;
- различные соединения акробатических упражнений; «колесо» вправо (влево)

- курбет: в равновесие, в шпагат, с пируэтом;

## **Раздел 5. Постановочная работа**

### ***Теория:***

Танцевальная композиция.

Музыка – основа танца

### ***Практика:***

Постановка танцевальных композиций.

## **Раздел 6. Концертная деятельность**

### ***Теория:***

Сценическое исполнение и оформление танца.

Музыкальное оформление танца.

Анализ выступлений.

### ***Практика:***

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Открытое занятие для родителей.

## **Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность**

### ***Практика:***

1. Экскурсии в ВУЗы, колледжи культуры, театральные коллективы

2. Творческие встречи с артистами, хореографами и др. (ранняя профориентация)  
помощь обучающимся, испытывающим трудности

## **Раздел 8. Итоговое занятие**

Тема 8.1 Промежуточный контроль 1 полугодие

***Теория:*** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

***Практика:*** Публичное выступление

Тема 8.2 Итоговый контроль (промежуточная аттестация)

***Теория:*** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

***Практика:*** Публичное выступление.

## **Планируемые результаты 2 год обучения**

### **Личностные**

- учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде;
- навыки здорового образа жизни.

### **Метапредметные**

- интерес к танцевальному творчеству;
- умение оценивать, адекватно воспринимать предложения в совместной творческой деятельности.

### **Предметные**

- владение навыками танцевального искусства;
- навыки согласованности движения с музыкой, ориентирование в пространстве;
- умение соединять движения, производить их в последовательности.

**Учебный план  
3 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
2.	Классический танец	15	5	10	Практическое задание
3.	Народный танец	15	5	10	Практическое задание
4.	Современная хореография	15	5	10	Практическое задание
5.	Постановочная работа	12	4	8	Просмотр
6.	Концертная деятельность	5	1	4	Участие в концерте, конкурсе
7.	Культурно-образовательная деятельность	4	-	4	Педагогическое наблюдение Просмотр
8.	Итоговое занятие	4	1	3	
8.1	Промежуточный контроль 1 полугодие	2	0,5	1,5	Тест Публичное выступление
8.2	Итоговый контроль (промежуточная аттестация) 2 полугодие	2	0,5	1,5	
	<b>Итого за год</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	

**Содержание  
3 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие**

Инструктаж по охране труда.

Правила противопожарной безопасности, ПДД, поведение во время занятий танцами.

**Раздел 2. Элементы классического танца**

**Теория:**

Позы, позиции рук и ног в классическом танце.

**Практика:**

*экзерсис на середине:*

- позиции ног
- позиции рук
- позы на середине зала, у палки

*экзерсис у палки:*

1. battement tendu в сторону, 1 п.н.
2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.
4. Demi-plie 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
5. demi – rond de jambe par terre.
6. Passe par terre.
7. battement tendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.

8. положение ноги на sou-de-pied.
9. battement tendu jete из 1 и 5 позиции
  - в сторону
  - вперед
  - назад.
10. battement frappe вперед на 45 на один такт 2/4  
battement frappe назад на 1/4 такта.
11. Releve подъем на полупальцы.
12. Petit battement на sou-de-pied.
13. Grand plie .
14. battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45.
15. battement releve lend на 45 – в сторону, вперед, назад.
16. Grand battement jete в сторону, вперед, назад.
17. Port de bras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

### **Раздел 3. Элементы народного танца**

#### ***Теория:***

Танцевальные позиции. Позиции ног: пять открытых, пять прямых, пять свободных.

Позиции рук: 7 позиций.

Положение ног и рук, корпуса, головы, кисти.

#### ***Практика:***

*Экзерсис у палки:*

1. приседания: полуприседания с наклоном корпуса, с подъемом на полупальцы, с поворотом коленей.
2. упражнения на развитие стопы с полуприседанием на опорной ноге.
3. маленькие броски: подготовительные упражнения, маленькие броски
4. круговые движения ногой по полу: по полу носком, по полу пяткой, восьмерка.
5. каблучные упражнения.
6. низкие и высокие развороты ноги.
7. дробные выстукивания.
8. упражнения с ненапряженной стопой «от себя» и «к себе».
9. подготовка к «веревочке», «винт».
10. зигзаги, «змейка», зигзаги одинарные и двойные.
11. раскрывание ноги на 90.
12. большие броски.

### **Раздел 4. Современная хореография**

#### ***Теория:***

Многообразие современного танца.

Элементы и движения в современном танце.

Отличительные черты современного танца от эстрадного.

Акробатические движения.

Импровизация в танце.

#### ***Практика:***

*Акробатические упражнения:*

- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- седы (на пятках, углом);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- техника правильного приземления;
- «мост» из положения лежа на спине, «шпагаты» и складки;
- соединения элементов акробатики с элементами хореографии;
- стойка на голове и руках;
- соединения акробатических упражнений;
- «колесо»;

- рондад;
- курбет( в равновесие, в шпагат, с пируэтом);
- сальто вперед, маховое сальто.

## **Раздел 5. Постановочная работа**

### **Теория:**

Танцевальная композиция.

Музыка – основа танца

### **Практика:**

Постановка танцевальных композиций, например: «Собачки», «Кантри», «Style», «Куклы», «Бабочка».

## **Раздел 6. Концертная деятельность**

### **Теория:**

Сценическое исполнение и оформление танца.

Сценический костюм танца.

Музыкальное оформление танца.

Взаимодействие в танце.

Анализ выступлений.

### **Практика:**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Открытое занятие для родителей.

## **Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность**

### **Практика:**

1. Экскурсии в ВУЗы, колледжи культуры, театральные коллективы

2. Творческие встречи с артистами, хореографами и др. (ранняя профориентация)

помощь обучающимся, испытывающим трудности

## **Раздел 8. Итоговое занятие**

Тема 8.1 Промежуточный контроль 1 полугодие

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление

Тема 8.2 Итоговый контроль (промежуточная аттестация)

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление.

## **Планируемые результаты**

### **3 год обучения**

#### **Личностные**

- учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде;
- навыки здорового образа жизни.

#### **Метапредметные**

- интерес к танцевальному творчеству;
- навыки трудолюбия, дисциплинированности;
- умение оценивать, адекватно воспринимать предложения в совместной творческой деятельности.

#### **Предметные**

- исполнительские навыки танцевального искусства;
- навыки согласованности движения с музыкой, ориентирование в пространстве;
- умение соединять движения, производить их в последовательности.

**Учебный план  
4 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
2.	Классический танец	12	2	10	Практическое задание
3.	Народный танец	12	2	10	Практическое задание
4.	Современная хореография	17	4	13	Практическое задание
5.	Постановочная работа	12	2	10	Просмотр
6.	Концертная деятельность	7	1	6	Участие в концерте, конкурсе
7.	Культурно-образовательная деятельность	6	-	6	Педагогическое наблюдение Просмотр
8.	Итоговое занятие	4	1	3	
8.1	Промежуточный контроль 1 полугодие	2	0,5	1,5	Тест
8.2	Итоговый контроль (промежуточная аттестация) 2 полугодие	2	0,5	1,5	Публичное выступление
	<b>Итого за год</b>	<b>72</b>	<b>13</b>	<b>59</b>	

**Содержание  
4 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие**

**Теория:**

Повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности.

Решение организационных вопросов.

**Раздел 2. Классический танец**

**Теория:**

Повороты, полуповороты на ногах.

Связующее движение.

Arabesques – узорчатый орнамент, возникший в подражании арабскому стилю. В классическом танце существует 4 арабеска.

Temps lie parterre – это серия слитных взаимосвязанных движений, развивающих координацию движений рук, ног, головы и корпуса.

**Практика:**

- Demi plie с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке. Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.

- battement tendu, battment tendu jete с добавлением por le pied (double battment tendu).

- Petit battement на cou-de-pied.

- Rond de jamb parterre в соединение с grand rondom на 90.

- Rond de jamb an leir – на всей стопе.

- Battement tendu на 45.
  - Battement frappe.
  - Battement developpe passe на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90.
  - Grand Battement jete с добавлением основных поз классического танца ecorche , croise, efforce.
  - Allegro- прыжки.
- Изучение трех арабесков. Работа над слитностью перехода из одной позы в другую.

#### Прыжки:

- Temps leve soule (1,2,4).
- Changement de pied.
- Pas echange.
- Pas assemble.
- Pas jete.

### **Раздел 3. Народный танец**

#### **Теория:**

Шаги в народном танце.

Танцевальная дробь.

#### **Практика:**

*Экзерсис у палки:*

- Demi plie и Grand plie в характере русского танца.
- Battement tendu в испанском.
- Rond de jamb parterre в польском.
- Releve lende в русском.
- Battement frappe.
- Grand Battement jete.
- Высокое выстукивание.

*Экзерсис на середине:*

Комбинации танцевальных шагов по кругу, «веревочка» двойная и простая, «ковырялочка» с продвижением и в воздухе, дробное выстукивание, «ключ», изучения основных ходов татарского танца, башкирского.

### **Раздел 4. Современная хореография.**

#### **Теория:**

Движения и комбинации на основе новых стилей и направлений.

Модерн-джаз. Основные понятия: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction , release, уровни.*

Составление этюдов.

Пантомимные движения, игровые этюды.

Что такое танцевальная импровизация.

#### **Практика:**

**- Модерн-джаз танец**

#### Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.
- Press-position
- 1, 2, 3; Jerk position
- Положения: jazz hand,

#### Позиции ног:

- 1,2,3,4,5
- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- Kick (пинок)
- Flat back

- Deep body bend
- side stretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
- Bodu roll

#### Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
- Шаги в мадерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки: Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump) , с одной ноги на другую с продвижением (leap), с одной ноги на ту же ногу (hop), с двух ног на одну.

#### Вращения:

- Corscraw повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.

- Top chaine
- Повороты на одной ноге
- Повороты по кругу вокруг воображаемой оси
- Повороты на различных уровнях
- Лабильные вращения

#### Комбинации или импровизация:

- Комбинации в партере: на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

### **Раздел 5. Постановочная работа, программный танец**

#### **Теория:**

Закон драматургии, сюжет произведения( подразделяется на экспозицию и развязку).  
Образ в танце.

#### **Практика:**

Составление композиций и постановка танцев: «Русский», «Восточный», «Антре», «Ты мое все», «Снежные королевы», «Кошки», «Калинка».

### **Раздел 6. Концертная деятельность**

#### **Теория:**

Как справиться со сценическим волнением.

Анализ выступлений.

Одежда танцора.

#### **Практика:**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Выступление на родительских собраниях, отчетном концерте и других мероприятиях.

### **Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность**

#### **Практика:**

1. Экскурсии в ВУЗы, колледжи культуры, театральные коллективы
2. Творческие встречи с артистами, хореографами и др. (ранняя профориентация) помощь обучающимся, испытывающим трудности

### **Раздел 8. Итоговое занятие**

Тема 8.1 Промежуточный контроль 1 полугодие

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление

Тема 8.2 Итоговый контроль (промежуточная аттестация)

**Теория:** Отслеживание полученных знаний. Тест-опрос

**Практика:** Публичное выступление.



## **Планируемые результаты 4 года обучения**

### **Личностные**

- умение контактировать и сотрудничать в коллективной творческой деятельности;
- учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде;
- навыки здорового образа жизни.

### **Метапредметные**

- творческая индивидуальность, интерес к классическому, современному танцам и искусству в целом;
- навыки трудолюбия, дисциплинированности, ответственности;
- умение оценивать, адекватно воспринимать предложения и приходить к общему решению в совместной творческой деятельности.

### **Предметные**

- Знание танцевальных терминов, стилей, элементов танца (современного, народного, классического)
- исполнительские умения и навыки эстрадного танца;
- навыки согласованности движения с музыкой, ориентирование в пространстве;
- умение слышать окончания музыкальных фраз, различать строение музыкальных произведений
- умение соединять движения, производить их в последовательности.

## **Условия реализации программы**

1. Хореографический класс – помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям: зеркала, станок.

2. Материально-техническое обеспечение:

- музыкальный центр,
- флешки, интернет-ресурсы;
- реквизит: скакалки, веера, платочки и др.;
- гимнастические коврики;
- сценические костюмы;
- литература для обучающихся и для педагога;
- учебные и наглядные материалы.

3. Кадровое обеспечение – педагог(и) дополнительного образования, концертмейстер (при необходимости), имеющие среднее профессиональное или высшее образование (в т.ч. по направлениям, соответствующим направлению Программы и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах. Образование педагога соответствует профилю программы.

## **Оценочные материалы**

Оценочные (контрольно-измерительные) материалы – пакет диагностических методик и материалов (тест-опросы, критерии оценивания), позволяющий определить достижение планируемых (ожидаемых) результатов, знания по предмету или виду деятельности, метапредметные умения и личностное развитие (в т.ч. сформированность функциональной грамотности обучающихся) см. в Приложении 2.

## **Рабочая программа воспитания**

**Цель воспитания:** развитие личности, самоопределение и социализация обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде. (ФЗ-273, ст.2, п.2).

### **Задачи воспитания:**

- усвоение знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие), формирование культурного общения;
- приобретение социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний, овладение навыками трудолюбия, проявление чувства патриотизма, долга и ответственности.

### **Целевые ориентиры воспитания:**

- уважение к художественной культуре, искусству народов России;
- опыт творческого самовыражения в искусстве, заинтересованность в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, выставках и т. п.;
- опыт представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, - историческое и культурное наследие народов России;

### **Формы и методы воспитания**

Основная форма – учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся:

- усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;
- получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации;
- осознают себя способными к нравственному выбору;
- участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Практические занятия (тренировки, репетиции, подготовка к конкурсам, соревнованиям, туристическим походам, участие в дискуссиях, в коллективных творческих делах и проч.) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Итоговые мероприятия: концерты, конкурсы, соревнования, выступления, презентации проектов и исследований, туристические слёты – способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

В воспитательной деятельности могут быть использованы следующие методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, обучающихся); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения обучающихся, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание обучающихся их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы развития самоконтроля и самооценки обучающихся в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

### **Планируемые результаты:**

- усвоение знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций (социально значимых знаний);

- формирование и развитие личностных отношений к нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие), формирование культурного общения;
- приобретение социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний, овладение навыками трудолюбия, проявление чувства патриотизма, долга и ответственности.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Наименование мероприятия (события) и формы работы	Год обучения	Реализуется в разделах/ темах ДООП
2.	Познавательная – игровая программа «Добро пожаловать в мир танца»	1-4	Раздел 1. Вводное занятие
3.	Праздничный концерт, посвященный Дню учителя	1-4	Раздел 6. Концертная деятельность
4.	День пожилого человека	1-4	Раздел 6. Концертная деятельность
5.	День народного единства	1-4	
6.	Открытое занятие	3-4	Раздел 8 Итоговое занятие
7.	Выход на новогодний спектакль	3-4	Раздел 7 Культурно-образовательная деятельность
8.	Участие в хореографическом конкурсе	2-4	
9.	Конкурс снежных фигур	1-4	
10.	23 февраля – День защитника Отечества	3-4	Раздел 6. Концертная деятельность
11.	8 марта – Международный женский день	3-4	Раздел 6. Концертная деятельность
12.	Развлекательно- познавательная мероприятие с родителями «Широкая масленица»	1-4	Раздел 3 Народный танец
13.	Участие в конкурсе «Зарни Пилем»		Раздел 4 Современная хореография
14.	Отчетный концерт коллектива	3-4	Раздел 6. Концертная деятельность
15.	Танцевальный баттл «Юный танцор»	2-4	Раздел 4 Современная хореография
16.	Творческое мероприятие «Мой мир -хореография»	1-4	Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность
17.	Праздничный концерт, посвященный Дню Победы	3-4	Раздел 6. Концертная деятельность
18.	1 июня – День защиты детей	3-4	Раздел 7. Культурно-образовательная деятельность
19.	Участие в хореографическом конкурсе	2-4	Раздел 4 Современная хореография
20.	12 июня – День России	3-4	

### Методическое обеспечение программы

№ п/п	Наименование разделов и тем	Методические виды продукции	Рекомендации по проведению практических работ.	Дидактический и лекционный материалы
1	Вводное занятие	«Введение в программу», «Инструктаж по технике безопасности»	Беседа – знать правила поведения на занятии; правила культуры общения. Обладать навыками здорового образа жизни; доводить начатое дело до конца;	Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, стр.86
2	Эмоционально - творческое развитие	«Что такое импровизация?»	Пластические и образные этюды – уметь самостоятельно придумывать движения; выполнять пластические, гимнастические и образные этюды; импровизировать под музыку. Обладать навыками выразительного движения, образного мышления. Игра – уметь самостоятельно придумывать фигуры во время игр; выразительно исполнять хореографические композиции. Обладать навыками творческой активности.	Никитин Б. Развивающие игры. - М., стр.20. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., стр.56
3	Танцевально-ритмическое развитие	«Темп и ритм»	Упражнения – уметь ориентироваться в пространстве; хорошо исполнять движения акробатики; технично исполнять движения акробатики;	Буренина А.И. Ритмическая мозаика Санкт-Петербург: ЛОИРО, стр. 6 Зуев Е.Г. Волшебная сила растяжки. – М.: Просвещение,стр 3
4	Исполнительские навыки	«Характер музыки»; «Звуки»;	Беседа – знать первичные сведения об искусстве хореографии; законы драматургии. Упражнения - знать позиции рук и ног; хореографические комбинации. Уметь - различать характер музыки, темп, размер, части фраз; выполнять движения согласно характеру музыки; держать осанку, подбородок; правильно держать руки.	Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, стр.21, 56,78, 125,207 Диниц Е.В, Ермаков Д.А., Иванов О.В.Азбука танцев. – Донецк, стр.7, 9,15

5	Классический танец	«История классического танца»; «Позы классического танца»	Беседа – знать названия классических движений; терминологию классич. танца Упражнения - уметь держать осанку, подбородок, правильно держать руки; точно и технично выполнять движения;	Нарская Т.Б. Классический танец. - Челябинск, 1998 стр.5-13
6	Народный танец	«История народного танца»; «Позиции рук, ног»	Беседа – знать терминологию народного танца; Упражнения - уметь держать осанку, подбородок, правильно держать руки; точно и технично выполнять движения;	Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., стр.9
7	Современная хореография	«Особенности исполнения современного танца и его многообразия»	Беседа - знать терминологию современного танца; Упражнения – уметь точно и технично выполнять движения;	Хаустов В.В. Метод. пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. - Ростов-на-Дону, стр.42
8	Постановочная работа Программный танец	«Музыка – основа танца»	Беседа- знать танцевальный репертуар; теоретический программный материал; Уметь воспринимать музыкальные образы, передавать их в движении; согласовывать движения с характером музыки средствами музыкальной выразительности. Упражнения – уметь выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; Открытое занятие – обладать навыками эстетически переживать музыку в движениях; импровизировать;	Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, стр.97
9	Концертная деятельность	«Сценическое исполнение и оформление танца»	Открытое занятие Концерт Отчетный концерт Фестивали Конкурсы Обладать навыками демонстрировать на концертах, фестивалях, конкурсах свой танцевальный уровень;	Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, стр.9

**Календарный учебный график  
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы  
«Ритмика и танец»**

Сроки реализации программы	Учебные периоды				Всего учебных недель	
	1-е полугодие		2-е полугодие			
год обучения	начало учебного года - сентябрь	сентябрь-декабрь		январь-май	сентябрь-май	
1-ый	1-й учебный день					36
2-ой	1-й учебный день					36
3-ий	1-й учебный день					36
4-ый	1-й учебный день					36

Условные обозначения:

- учебные занятия по расписанию
- текущий контроль (по темам и (или) по разделам, этапам, модулям и др.)
- промежуточный контроль (в конце полугодия)
- итоговый контроль (в конце учебного года и в конце освоения программы)

## Список литературы

### для педагога:

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 2009.
2. Бриске И.Э. Программа обучения одаренных детей 9-14 лет .Народный танец Челябинск, 2000.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Бриске И.Э. Основы детской хореографии Челябинск,2013.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика Санкт-Петербург: ЛОИРО,2009.
6. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 2007.
7. Вдовенко Н.Н. Методика обучения девочек 7-8 лет народному танцу Челябинск,1996.
8. Дубских Т.М., Вдовенко Н.Н. Бриске И.Э. Теория и методика преподавания народно-сценического танца- Челябинск,1998.
9. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе Челябинск,1997.
10. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 2002.
11. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 2008.
12. Нарская Т.Б. Классический танец Челябинск,1998
13. Нарская Т.Б. Историко-бытовой танец Челябинск,1996
14. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 2005.
15. Новиков С.Ю. Любимые праздники. - М.: АСТ - ПРЕСС СКД, 2003.
16. Певхенен Э.Н Методическая разработка для преподавателей хореографии ДШИ (Начальное обучение). Челябинск,2001.
17. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 2008.
18. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
19. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 2002.

### для обучающихся и родителей

1. Диниц Е.В, Ермаков Д.А., Иванов О.В.Азбука танцев. – Донецк 2004.
2. Зуев Е.Г. Волшебная сила растяжки. – М.: Просвещение, 2003.
3. Константинов И.С. Психология ранней юности. – М., 2005.

## Электронные образовательные ресурсы

1. Игумнова И.Н. Дополнительная образовательная программа «Современный танец»: электронный // URL: <http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/dopolnitelnaya-obrazovatel'naya-programma-sovremennyu-tanec>
2. Щёголева О.В.«Программа по модерн-джаз танцу»: электронный // URL: <http://festival.1september.ru/articles/525396>



## Показатели и критерии по уровням усвоения программы

Показатели планируемых результатов	Критерии оценивания и отслеживания	Уровни усвоения (что необходимо знать и уметь для каждого уровня)		
		Низкий	Средний	Высокий
<b>Предметные, из них:</b>		0-4	5-8	9-12
Теория	Знание танцевальных стилей, названий танцевальных шагов. Владение терминологией	Слабо владеет обязательной специальной терминологией, знаниями из истории хореографии.	Владеет обязательной специальной терминологией, но испытывает трудности в их применении на практике.	Глубокие знания истории хореографического искусства, хорошо владеет специальной терминологией
Практика	Эмоционально-творческое развитие	Слабо проявляет: навыки эмоционального самовыражения, воображения, эмоции и выразительность во время исполнения этюда.	Обладает навыками образного мышления и эмоционального воплощения во время исполнения пластических этюдов и в танце.	Хорошо развито эмоционально-образное мышление, выразительно передает эмоции в танце, этюде.
	Танцевально-ритмическое развитие	Слабое проявление динамичности, активности, разнообразия и двигательных возможностей, путается в ассиметричных движениях.	Старается динамично исполнять движения под музыку, но иногда сбивается. Развит музыкальный слух.	Хорошо исполняет элементы танцевально-ритмической гимнастики. Хорошо развит музыкальный слух.
	Исполнительские навыки.	Не четко исполняет движения и комбинации по хореографии. Слабое чувство ритма, плохая координация. Развита пластика.	Знает и исполняет комбинации элементов хореографии. Есть чувство ритма, координация движения, слабая четкость исполнения. Пластика присутствует.	Хорошо исполняет комбинации из элементов хореографии. Обладает четкостью исполнения, чувством ритма, координацией движения. Развита пластичность.
	Постановочная работа.	Плохо ориентируется в	Ориентируется в пространстве и в	Хорошо ориентируется в

	Программный танец.	пространстве и в рисунке танца.	рисунке танца. Допускает неточности в программном танце.	пространстве, и в рисунке танца.
<b>Метапредметные</b>	творческая индивидуальность, интерес к классическому современному танцам и искусству в целом; навыки трудолюбия, дисциплированности, ответственности; умение оценивать, адекватно воспринимать предложения и приходить к общему решению в совместной творческой деятельности.	Мало интересуется классическим и современным танцем, ленив, нарушает дисциплину. Не принимает участия в решениях коллектива.	Проявляет интерес к классическому современному танцам и искусству в целом; трудолюбив, дисциплинирован, но не хватает ответственности; умеет оценивать, адекватно принимать предложения и прислушивается к общему решению в совместной творческой деятельности.	Активно интересуется классическим и современными танцами и искусством в целом; Очень трудолюбив, дисциплинирован, берет на себя ответственность, умеет оценивать, принимать решения в совместной творческой деятельности.
<b>Личностные</b>	-умение контактировать и сотрудничать в коллективной творческой деятельности; -учебно-познавательный интерес и адаптация в творческой среде; -навыки здорового образа жизни.	Не всегда готов контактировать и сотрудничать в коллективной творческой деятельности, держится обособленно, часто замкнут в коллективе; Слабый интерес к творчеству, малоинициативен., ведет здоровый образ жизни.	Хорошо владеет навыками общения. Часто проявляет желание к сотрудничеству со сверстниками и педагогом и творческий потенциал в танцевальной деятельности, ведет здоровый образ жизни.	Большое стремление к саморазвитию и самовыражению, инициативен. Общителен. Пропагандирует здоровый образ жизни.

## Оценочные материалы

### 1 год обучения (1 полугодие)

#### Тест- Опрос

1. Что такое счет?
2. Что такое ритм?
3. Что такое точка?
4. Что является пошаговой разбивкой?
5. Что такое танцевальная композиция?
6. Что мы называем танцевальной связкой?
7. Какие танцевальные элементы вы знаете?
8. Что принято называть танцевальной комбинацией?
9. Группировка в построении танцевальных движений – что это?
10. Для чего используются трюки в танцевальной композиции?

**Критерии: за каждый правильный ответ - 1 балл**

**1-4- низкий уровень, 5-8- средний уровень, 9-10 – высокий уровень**

#### Тест-опрос (2 полугодие)

1. Какого вида искусства *танцевальное движение* является основным выразительным средством.
  - театрального
  - хореографического
  - изобразительного
  - боевого
2. Что такое танец:
  - это – вид народного творчества
  - это – выразительные движения человеческого тела
  - это – основной язык балета
3. Как с греческого переводится «хореография»:
  - писать танец
  - последовательное выполнение движений
  - выразительность
4. Движения танца должны быть:
  - эстетичны
  - сложными, так как от этого зависит восприятие номера
  - легкими
5. Что относится к видам танцевальной ходьбы.
  - Бодрый шаг
  - Спортивно-торжественная ходьба
  - Прямой галоп
  - Пружинистый шаг
6. Какие движения относятся к подскокам,какие движения являются подготовительным упражнением к подскокам
  - легкие подскоки
  - пружинящий шаг,пружинка.
  - Сильные подскоки

-Пружинящий шаг и бег

7. Продолжите предложение:

Танцевальный этюд ...

- Создается на основе нескольких танцевальных комбинаций, предполагает использование композиционных рисунков и переходов.
- Создается на основе одного движения и вариантов его исполнения.
- Создается на основе одновременных танцевальных этюдов, и вариантов его исполнения.
- Создается на основе одного танцевального этюда, предполагает использование композиционных рисунков.

**Критерии оценивания: За каждый правильный ответ – 1 балл**

**Практика: Публичное выступление**

*Критерии оценивания см. в Таблице Показатели и критерии по уровням усвоения программы (приложение №1)*

## 2-й год обучения (2 полугодие)

### Тест-опрос

1. Основными движениями на уроке ритмики являются

- Прыжки, бег
- Танцевальные движения
- Ходьба, бег

2. Что не относится к ритмическому рисунку танца.:

- прохлопать рисунок, протопать
- пройти рисунок шагами с частичным выключением музыкального сопровождения
- записывать ритмические рисунки жестами
- использование образных движений

3. Что относится к танцевальному движению:

- моталочка
- Пордебра
- ковырялочка
- гармошка
- полька
- Шаг польки

4. Какие движения используются при составлении композиции танца(полька)

- Различные ритмические рисунки
- Припадание
- галоп
- Подскоки
- Притопы в паре

5. Какие движения относятся к танцу Сударушка:

- переменный шаг
- приставной шаг на каблук
- положение рук лодочка
- припадание

6. Какие движения используются для композиции танца Барыня на основе характерных движений русского народного танца.

- Дробный шаг

- Па-полонеза
- Ковырялочка
- шаг с притопом

7. Приведите примеры положения рук в детских танцах

8. Перечислите позиции рук и ног

9. Перечислите виды перестроений

- Цепочка
- Круг
- В пары
- Колонна парами

***Критерии оценивания: 1-3 ответов- низкий уровень, 4-7 – средний уровень, 8-9 ответов- высокий уровень знаний***

### **Тест-опрос**

1. Как раньше назывался классический танец:

- а) «серьезный», «благородный», «академический»
- б) «строгий», «серьезный»
- в) «веселый», «благородный», «академический»

2. Назовите все виды танца:

- а) классический, народный
- б) классический, историко-бытовой
- в) классический, народный, историко-бытовой

3. Что выражает народный танец:

- а) красоту каждого народа
- б) стиль и манеру исполнения каждого народа
- в) манеру каждого народа

4. Историко-бытовой танец это:

- а) хороводный танец
- б) танец прошлых времен

5. Как с латинского переводится «классический»:

- а) вежливый
- б) серьезный
- в) образцовый

6. Preparation (препрасьён) это:

- а) поклон
- б) подготовительное упражнение перед движением
- в) подъем на полупальцы

7. Сколько позиций рук в классическом танце:

- а) 3
- б) 4
- в) 6

8. Какие бывают виды sou-de-pied (ку-де-пье) в классическом танце:
- условное, обхватное, сзади
  - условное, спереди, обхватное
  - спереди, сзади
9. К какому танцу относятся эти движения «переменный шаг», «припадание»:
- народный танец
  - современный танец
  - классический танец
10. К какой национальности относится танец «Крыжачок»:
- русской
  - татарской
  - белорусской

**Критерии:** 1- 4– низкий , 5-8 – средний , 9-10 – высокий уровень знаний.

**Практика: Публичное выступление**

*Критерии оценивания см. в Таблице Показатели и критерии по уровням усвоения программы (приложение №1)*

**3-й год обучения (1 полугодие)  
Тест-опрос**

Задание: Закончить фразу.

- PREPARATION [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое \_\_\_\_\_.
- DEMI PLIE [деми плие] – неполное, маленькое «приседание», полуприседание, при котором пятки \_\_\_\_\_.
- GRAND PLIE [гранд плие] - глубокое, \_\_\_\_\_.
- BATTEMENT TENDU [батман тандю] – отведение и приведение вытянутой ноги \_\_\_\_\_.
- BATTEMENT TENDU JETÉ [батман тандю жете] - «бросок», взмах вытянутой ноги в положение \_\_\_\_\_.
- ROND DE JAMB PAR TERRE [ронд де жамб пар тер] - круг носком \_\_\_\_\_.
- BATTEMENT SOUTENU [батман сотеню] – выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в \_\_\_\_\_ позиции.
- BATTEMENT FONDU [батман фондю] - «мягкое», «тающее», плавное движение, состоящее из \_\_\_\_\_.
- ADAJIO [адажио] - \_\_\_\_\_.
- GRAND BATTEMENT [гранд батман] - «большой бросок , \_\_\_\_\_.
- BALANCE [балансе] – \_\_\_\_\_.

**Критерии оценивания:** 1-4- низкий уровень, 5-8 – средний уровень, 9-10 – высокий уровень знаний

**Тест-опрос**

- Как с латинского переводится «классический»:

  - вежливый
  - серьезный
  - образцовый

2. Классический танец это:
- а) исторически сложившаяся система выразительных средств хореографии
  - б) танец созданный на народной основе
  - в) выразительные движения человеческого тела
3. Preparation ( препарсьён ) это:
- а) прохождение рук через основные позиции
  - б) подготовительное упражнение перед движением
  - в) наклоны корпуса
4. Battement tendu это:
- а) бросковое движение натянутой ноги
  - б) отведение и приведение натянутой ноги
  - в) круг ногой по полу
5. Aplomb это:
- а) устойчивость
  - б) прыжок
  - в) приседание
6. Народный танец это:
- а) танец несущий соревнование
  - б) выразительные движения человеческого тела
  - в) древнейший вид народного искусства, танец, исполняемый в быту
7. В каком веке зародился танец модерн:
- а) 18 век
  - б) конец 19 века , начало 20 века
  - в) 19 век
  - г) конец 18 века, начало 19 века
8. Кто стал основоположником танца модерн:
- а) Айседора Дункан
  - б) Фабрицио Каррозо
  - в) Рудольф фон Лабан
9. Подчеркни, что здесь лишнее:
- а) полька
  - б) менуэт
  - в) скрипка
  - г) полонез
10. Сколько форм pas chasse (па шассэ) в историко-бытовом танце:
- а) 4
  - б) 5
  - в) 3

***Критерии оценивания: 1-4 правильных ответов- низкий уровень , 5-8 правильных ответов – средний уровень знаний, 9-10 – высокий уровень знаний***

**Практика: Публичное выступление**

***Критерии оценивания см. в Таблице Показатели и критерии по уровням усвоения программы (приложение №1)***

## Тест-опрос «Танцевальные термины».

Задание: закончить фразу, дать определение:

1. COUPE [купе] - \_\_\_\_\_,  
служащая толчком для прыжка или другого движения.
2. CROISEE [круазе] – поза, при которой \_\_\_\_\_.
3. DEMI [деми] – \_\_\_\_\_.
4. DEMI ROND [деми ронд] - \_\_\_\_\_
5. DOUBLE [дубль] - \_\_\_\_\_
6. ECARTE [экарте] - поза классического танца (a la seconde), при которой \_\_\_\_\_
7. FACE [эфасэ] – \_\_\_\_\_.
8. GRAND [гранд] - \_\_\_\_\_.
9. JETE [жете] \_\_\_\_\_.
10. PAS DE BASCUE [па де баск) \_\_\_\_\_

***Критерии оценивания: 1-4 правильных ответов- низкий уровень , 5-8 правильных ответов – средний уровень знаний, 9-10 – высокий уровень знаний***

### Тест-опрос (2 полугодие)

1. Allegro (аллегро) это:
  - а) прыжки
  - б) приседания
  - в) выпады
2. Port de brase (порт дэ бра) это:
  - а) подготовительное упражнение
  - б) медленное прохождение рук через основные позиции
  - в) комбинация из целой серии слитных, взаимосвязанных движений
3. К какому танцу относятся эти движения - «ёлочка», «гармошка», «моталочка»:
  - а) классический танец
  - б) танец модерн
  - в) народный танец
4. Национальный головной убор татар:
  - а) платок
  - б) берет
  - в) тюбетейка
  - г) шляпа
5. Подчеркни, что здесь лишнее:
  - а) татарский танец
  - б) русский танец
  - в) вальс
  - г) белорусский танец
6. К какому виду танца относится Менуэт:
  - а) историко-бытовой танец
  - б) классический танец



- в) танец модерн
- г) народный танец

7. Родина Вальса:

- а) Польша
- б) Россия
- в) Вена

8. Реверанс это:

- а) поклон дамы
- б) поклон кавалера

9. В каком веке зародился танец модерн:

- а) 18 век
- б) конец 19 века , начало 20 века
- в) 19 век
- г) конец 18 века, начало 19 века

11. Партер это:

- а) прыжки
- б) движения на полу
- в) движения на полупальцах

***Критерии: 1- 4– низкий уровень, 5-8 – средний уровень, 9-10 – высокий уровень знаний***

**Практика: Публичное выступление**

***Критерии оценивания см. в Таблице Показатели и критерии по уровням усвоения программы (приложение №1)***