**ГККП «Детская школа искусств»**

**«Основы хореографической грамотности»**

Дополнительная образовательная программа

Для детей 7 - 15 лет,

курс обучения 5 лет



Шарыпова Л. П.

преподаватель хореографии

г. Щучинск 2022 г.

**Содержание**

1. **Пояснительная записка**
2. **Основные разделы программы**
3. **Ритмика и азбука танца**
4. **Партерная гимнастика**
5. **Классический танец**
6. **Народный танец**
7. **Эстрадный танец**
8. **Репетиционно – постановочная работа**
9. **Содержание программы**
10. **Содержание программы 1 года обучения**
11. **Содержание программы 2 года обучения**
12. **Содержание программы 3 года обучения**
13. **Содержание программы 4 года обучения**
14. **Содержание программы 5 года обучения**

**IY. Прогнозируемые результаты**

**Y. Требования к уровню подготовки воспитанников**

**YI. Виды и формы контроля. Критерии оценки способностей**

**YII. Условия реализации программы**

**Пояснительная записка**

**Направленность программы.** Образовательная программа направлена на обучениеобучающихся основам хореографического искусства, развитиеобщефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Данная программа предназначена для обучающихся на хореографическом отделении детской школы искусств Срок реализации программы - 5 лет.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, и современной хореографии, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Концептуальная идея программы** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, народно-сценический, современный танец.

**Особенностью данной программы** является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Основная **цель программы** состоит:

**Целью программы**являются следующие составляющие:

* планомерное раскрытие творческих способностей детей;
* создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации;
* постановка хореографических композиций в учебных целях.

Помимо названного, цели программы сочетаются с основными идеями системы дополнительного образования детей, которые мотивируют включение в процесс обучения интегрированных дисциплин.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

**1. Обучающие задачи** заключаются в том, чтобы:

* дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, современный танец;
* обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник;

**2. Воспитательные задачи** направлены на то, чтобы:

* воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
* помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
* сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
* привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
* обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
* способствовать формированию творческой личности.

**3. Развивающие задачи** подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

* координации;
* ловкости;
* силы;
* выносливости;
* гибкости;
* правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
* музыкально-пластической выразительности;
* активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;

1. **Организация учебно – воспитательного процесса**

**Программа рассчитана на** 5 лет обучения для детей 7 – 15 лет, ранее не занимавшихся танцами. Набор в группы проводится по результатам просмотра и собеседования. Необходимо заключение врача об отсутствии противопоказаний к занятиям.

**Количество детей в группах -** 1 год обучения – не более 20 человек, 2 – 5 годы – не более 12 человек

**Особенности возрастных групп**

При формировании группы учитываются психологические, физические и возрастные особенности детей, и уровень их подготовки

**1 год обучения –** 7- 8 лет

**2 год обучения –** 9 - 10 лет

**3 год обучения** – 11- 12 лет

**4 год обучения** – 13- 14 лет

**5 год обучения** – 14 - 15 лет

Практика работы показала, что иногда возрастные границы условны: ребенок не соответствует уровню исполнительских возможностей определенной возрастной группы. Тогда с согласия родителей, он переводится на ступень ниже.

**Количество и продолжительность занятий** - 1 год обучения – 2 раза в неделю 135 минут, 2 – 3 год обучения – 3 раза в неделю по 3 часа, 4 год обучения – 3 раза в неделю по 3,5 часа, 5 год обучения – 3 раза в неделю по 4 часа.

1. **Методы и формы обучения**:

**Методы:**

* Словесный метод – объяснение
* Метод показа - показ педагогом нового движения
* Наглядный метод – показ видеоматериалов
* Практический метод – упражнение, репетиция
* Игровой метод – более быстрое запоминание

**Форма занятий:**

учебное занятие, открытые и контрольные уроки, концерты, конкурсы, экскурсии и походы.

1. **Основные разделы программы и учебный план**

Реализация образовательной программы проходит в три этапа:

***Подготовительный этап - 1 год обучения***

* **Ритмика и азбука танца –** музыкально – ритмическое развитие детей. Коллективно – порядковые и ритмические упражнения: притопы, хлопушки и т.д. Основные хореографические понятия и термина. Простейшие танцевальные элементы
* **Партерная гимнастика –** Упражнения рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Это позволяет без вреда, используя защитные силы организма, предупредить многие заболевания, так как, воздействуя на позвоночник, органы, мышцы, дыхательную и нервную системы, вырабатывается естественная сопротивляемость организма. Упражнения партерной гимнастики направлены на: укрепление мышц спины и брюшного пресса прогиба назад, укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед, укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны, укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, укрепление и развитие стоп, укрепление мышц плечевого пояса. А также упражнения для тренировки равновесия и дополнительные упражнения.

***Основной этап – 2 – 4 год обучения - включает в себя следующие дисциплины:***

* ***Классический танец*** является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом – его главное воспитательное значение.
* ***Народный танец*** является одним из действенных средств, приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества, дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомить и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов.
* ***Современный танец*** и музыка пользуются наибольшим интересом у подрастающего поколения. Он, как ни какой другой позволяет наиболее комплексно воспитать тело танцора .
* ***Партерный экзерсис***, или упражнения на полу, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению незначительных физических недостатков.
* ***Постановочно – репетиционная работа*** на всех годах обучения занимает особое место. Для удовлетворения спроса на концертную деятельность каждый год репертуар коллектива обновляется на 1 - 2 номера для каждой группы, что требует значительных затрат времени, поэтому для постановочно – репетиционной работы отводится большое количество времени:
* ***Заключительный этап*** - 5 год обучения

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

1. **Содержание программы**
2. **Содержание программы 1 года обучения «Ритмика и азбука танца»**

**Цель:**заложить основы формирования всего комплекса знаний, умений и навыков по хореографии, предоставляя детям возможность наиболее полно выразить через музыку и движения свои творческие способности.

**Задачи:**

* познакомить с основными элементами «Азбуки хореографии»; научить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать с характером музыки; учить определять музыкальные жанры;
* способствовать физическому развитию ребенка; формировать осанку, развивать эластичность мышц, ритмичность, музыкальность, выразительность исполнения
* воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить дело до конца

***Введение***

* Формирование коллектива.
* Формирования целей, задач в новом учебном году
* Составление расписания работы.
* Работа с родителями.
* Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

***Ритмическая гимнастика***

* 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
* упражнения на координацию движений;  
   упражнения на ориентацию в пространстве;  
   прыжки

***Партерная гимнастика:***

* «Тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
* «Карандаши» (упражнения для силы ног)
* «Угольки» (упражнения для стоп)
* «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)
* «Корзиночка» ( упражнения для позвоночника)
* «Колечко» (упражнения для позвоночника)
* «Лодочка» (упражнения для мышц спины)
* «Свечка» (стойка на лопатках)

***Музыкально ритмические навыки***

* Мелодия и движение.
* Темп ( быстро, медленно, умеренно)
* Музыкальное размеры:
* Контрастная музыка:
* быстрая- медленная, веселая- грустная.
* Такт и затакт.

***Азбука классического танца на середине и у станка***

* постановка корпуса
* изучение позиций ног
* изучение позиций рук
* plie (по I и II позиции ног)  
   battment tandu в сторону по I позиции  
  releve по YI позиции

***Акробатика***

* Кувырок, колесо

***Танцевальные элементы***

* Танцевальный шаг и бег
* Марш
* Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
* Переводы рук в разные положения
* Поклон: без рук, с руками, с продвижением вперед и назад
* Притопы***:*** одинарные, тройные.
* Шаг с каблука вперед.
* Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
* «Переменный шаг»: с притопом и продвижением вперёд и назад, с фиксациёй одной ноги около икры другой и продвижением вперёд и назад
* « Припадание», «Гармошка», «Ёлочка».
* Полька : шассе, галоп в паре , па польки,
* Балансе

1. **Содержание программы 2 года обучения.**

**Цель:**продолжить работу по формированию основ всего комплекса знаний, умений, навыков по хореографии. Добиться наиболее точного пластического выражения услышанного в музыке, пополняя базу знаний, умений, навыков.

**Задачи:**

* Воспитывать эмоциональную отзывчивость, творческую активность, воспитывать культуру поведения и общения
* развивать трудолюбие, воображение; развитие техники исполнения в более быстром темпе;
* учить детей выразительному исполнению хореографических композиций;
* обучить основам классической, народной, хореографии;
* заложить основы акробатики;

***Организационная работа:***

* Формирование целей и задач в новом учебном году.
* Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
* Составление расписания работы.
* Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
* Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
* Работа с родителями.

***Классический танец***

*Экзерсис у станка:* в начале года лицом к палке, в конце – боком

* battement tendu в сторону по I позиции
* battement tendu вперед, назад по I позиции
* Demi-plie по I, II, Y позициям
* demi – rond de jambe par terre.
* Passe par terre.
* battement tendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.
* положение ноги на cou-de-pied.
* battement tendu jete из I, Y позиции
* battement frappe вперед на 45 на один такт 2/4
* battement frappe назад на 1/4 такта.
* Releve подъем на полупальцы.
* Grand plie .
* battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45
* battement releve lend на 45 – в сторону, вперед, назад.
* Grand battement jete в сторону, вперед, назад.
* Port de bras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

***Элементы народно – сценического танца***

* Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
* Подготовка к началу движения (preparation)
* Приседания по I, II, III
* Глубокие приседания
* Выведение ноги на носок, каблук из I, II, III
* Маленькие броски с приседанием на опорной ноге
* Подготовка к «Веревочке»
* Опускание на колено (на расстояние стопы от опорной ноги)
* Большие броски
* Шаг с притопом.
* «Шаркающий шаг»: каблуком по полу, полупальцами по полу.
* Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.
* «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
* «Веревочка»:- простая, двойная, с поочередными переступаниями,
* «Ковырялочка» с подскоками.
* Вращения: на середине зала (с припаданием)

***Элементы эстрадного танца***

* Полька : шассе, галоп в паре , па польки,
* Балансе вперед , назад ,в сторону.
* Рок –н – ролл – основное движение,
* Разрыв,
* Связка,
* Перемена мест,
* сплил – поворот

***Партерная гимнастика***

* Растяжка на подъем
* «Цапля», «Бабочка»
* Battement лежа на спине, на боку, на животе
* Перекат в шпагате
* «Проползание»

***Репетиционно – постановочная работа***

Знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку.

1. **Содержание программы 3 года обучения.**

**Цель:**Повышение технической стороны танца, выработка силы и гибкости, мягкости и точности движений. Повышение творческой активности, импровизации.

**Задачи:**

* углубление и усовершенствование полученных хореографических знаний, умений и навыков;
* формировать стремление к творческой деятельности;
* воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций; воспитывать ответственность за свои действия;

***Организационная работа:***

* Формирование целей и задач в новом учебном году.
* Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
* Составление расписания работы.
* Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
* Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
* Работа с родителями.

***Классический танец***

* Demi plie с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке.
* battement tandu, 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 devellope passe на 90 .
* Grand battement jete с добавлением основных поз классического танца ecortee , croise, effosce.
* Allegro – прыжки: начальное обучение маленькие прыжки у палки.
* Temps leve soute (1,2,4).
* Changement de pied.
* Pas echappe.
* Pas assamble.
* Pas jete.

***Элементы народного танца на середине***

* Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
* Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
* «Ключ» с двойной дробью.
* Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
* Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
* «Моталочка»: с задеванием пола каблуком, с задеванием пола полупальцами,
* «Веревочка» - простая и двойная
* Основной русский ход (академический).
* Подбивка «Голубец»: на месте, с двумя переступаниями.
* Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
* Вращения: на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
* Изучения основных ходов казахского, татарского танца,

***Элементы современного танца***

* *Модерн-джаз танец:*Изучение основных понятий: поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction , release, уровни;
* *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
* Kick (пинок)
* Flat back
* Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, rollup.*
* Bodu roll
* Кросс: шаги в модерн-джаз манере, шаги в рок-манере
* Прыжки: 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:
* Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu* *en* *tournan.*
* Top chaine
* Повороты на одной ноге

***Партерная гимнастка***

* Упражнения для развития выворотности и танцевального шага.
* Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе.
* Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночного столба.
* Упражнения для развития прыжка.

***Репетиционно – постановочная работа***

Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

1. **Содержание программы 4 года обучения**

***Цель:***Дальнейшее развитие индивидуальных возможностей ребенка, определение уровня танцевального мастерства. Повышение интереса к искусству танца, развитие художественного вкуса и потребностей.

***Задачи:***

* Воспитывать музыкально-эстетическое сознание (эстетически переживать музыку в движениях);
* Развивать творческие способности, предлагая задания на импровизацию;
* Освоить программный материал по классическому, народному и современному танцам.

***Организационная работа***

* Формирование коллектива.
* Формирования целей, задач в новом учебном году
* Составление расписания работы.
* Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
* Моделирование и пошив костюмов

***Классический танец***

* *У станка* добавляются туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).
* Упражнения в Epaulement. Attitude.
* Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.
* Pas de bourre.
* Allegro.
* Double assemble.
* Pas glissade.
* *На середине* позы классического танца на 90 градусов: сroisee на 90.  
  еcortee на 90.

***Элементы народного танца на середине***

* Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
* Переборы (pas bourree).
* «Ключ» дробный сложный.
* «Ключ» хлопушечный.
* «Маятник» в поперечном движении.
* «Голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
* «Веревочка»:
* простая и двойная с перетопами,
* простая и двойная с «ковырялочкой»,
* простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке спереди или сзади,
* простая и двойная с поворотом (soutenu) на 3600 в приседании на полупальцах.

***Современная хореография***

Позы

* коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction , release, уровни;
* Kick (пинок)
* Flat back
* side stretch
* Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, rollup.*
* Bodu roll

Кросс:

* Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
* Шаги в модерн-джаз манере
* Шаги в рок-манере

Прыжки:

* Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.
* Вращения:
* Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan.*
* Top chaine
* Повороты на одной ноге
* Повороты по кругу вокруг воображаемой оси
* Комбинации в партере

***Репетиционно постановочная работа***

1. **Содержание программы 5 года обучения**

***Цель:*** Активизация и развитие личности, индивидуализация и творческое пополнение деятельности воспитанников.

***Задачи:***

* воспитывать уверенность в себе и в своих силах, настойчивость в достижении поставленных целей;
* развивать умение демонстрировать на фестивалях, смотрах свои танцевальные способности на более профессиональном уровне;
* формировать профессиональные начальные знания, умения и навыки в народной, классической и современной хореографии;

***Классический танец***

* *Экзерсис у палки - с добавлением полупальцев*
* туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).
* Упражнения в Epaulement. Attitude.
* Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.
* Pas de bourre.
* Allegro.
* Double assemble.
* Sissonne fermee.
* Pas glissade.
* *Экзерсис на середине зала:*
* Позы соединяем в комбинации: Croisee на 90. Ecortee на 90.
* Attitude croise – efface. Arabesgues на 90. Temps lie на 90.
* Allegro.
* Grand chagement de pieds.
* Petit chagement de piedes.
* Pas glissade.
* Echappe.
* Jete , Pas assemble , Double assemble .
* - Saute, assemble, glissade, echappe, sisone – с продвижением вперед в комбинациях.

***Народно – сценический танец***

* комбинации танцевальных шагов по кругу.
* «Веревочка» двойная и простая, с переступанием на ребро каблука, с «Ковырялочкой».
* «Ковырялочка» с продвижением и в воздухе.
* дробное выстукивания, «ключ».
* изучения основных ходов казахского, татарского танца, украинского танца.
* «Моталочка»
* Подбивка, отбивка

***Современная хореография***

Усложнение комбинаций изученного

**IY. Прогнозируемые результаты**

**Ожидаемые результаты подготовительного этапа обучения**

* **В обучении**: учащиеся умеют выделять сильную долю, слушать и просчитывать музыку, начинать движение после музыкального вступления, на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки. Знают позиции рук, ног, умеют ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн. Знают и умеют выполнять элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса проученные на подготовительном этапе обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы.
* **В развитии**: учащиеся свободно контактируют с педагогом, адекватно реагируют на его замечания, любят быть в центе внимания на концертных выступлениях и открытых занятиях. Развивается любовь к искусству танца через посещение концертов и театральных постановок.
* **В воспитании**: воспитанники уважительно относятся к педагогу и всем воспитанникам коллектива, помогают друг другу в трудной ситуации, поздравляют с днем рождения и другими праздниками.

**Прогнозируемый результат основного этапа обучения.**

* **В обучении**: учащиеся знают терминологию изучаемых направлений хореографии, знают и умеют исполнять экзерсис у станка и на середине зала по изучаемым направлениям хореографии. Знают методику построения занятий. Умеют соединять элементарные движения в танцевальные комбинации и выстраивать из них этюды.
* **В развитии**: учащиеся, обучающиеся в коллективе, отличаются адекватной быстротой реакции на слова педагога, хорошей двигательной памятью, умением рассчитывать свои силы, самостоятельно и быстро построиться в любую заданную фигуру или рисунок танца. Укреплены мышцы корпуса, рук, ног, формируется правильная осанка. Хорошее физическое развитие детей позволяет приступить к изучению и исполнению более сложной техники.
* **В воспитании**: коллектив стал дружным, сплоченным, развито чувство взаимовыручки. Формируются азы общей сценической культуры. Привиты основные этические правила поведения на сцене и в жизни.

**Прогнозируемый результат заключительного этапа обучения.**

* **В обучении**: учащиеся умеют самостоятельно составлять танцевальные этюды. Реализуют свои творческие способности в концертной деятельности и на фестивалях – конкурсах различных уровней.
* **В развитии**: учащиеся, обучающиеся в коллективе, самостоятельно проводят занятия в младших группах коллектива, что способствует пробуждению интереса к профессии.
* **В воспитании**: коллектив сплоченный, развито чувство взаимовыручки, взаимоуважения. Владеют правилами сценической культуры. Воспитанники коллектива пользуются заслуженным авторитетом учащихся и педагогов школы.

1. **Требования к уровню подготовки воспитанников**

При поступлении в ДШИ каждый ребенок и подросток диагностируется по восьми показателям: осанка, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкально – ритмическая координация. Педагог оценивает воспитанника каждые полгода. Есть случаи, когда заниматься в хореографический ансамбль приходили дети с неправильной осанкой, низким уровнем развития по другим тестовым показателям. А через определенное время показатели значительно улучшались.    
**Осанка.**Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом. Позвоночник имеет изгибы: шейный (вперед), грудной (назад), поясничный (вперед), крестцово-копчиковый (назад). При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно, причем правая и левая части симметричны: углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие.

**Выворотность** – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух очень важных факторов. Во-первых, от строения тазобедренного сустава. Чем глубже головка бедренной кости входит в вертлужную впадину, а связки, фиксирующие бедренную кость в вертлужной впадине, жестче, тем меньше выворотность ног, и наоборот. Во-вторых, выворотность связана со строением ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам. К этому времени носки стоп у ребенка оказываются повернутым либо наружу, либо внутрь (косолапость). Поэтому очень важно не упустить момент и успеть исправить недостаток.  
**Подъем стопы**– изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

**Танцевальный шаг**– способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

**Гибкость тела** зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.  
**Прыжок, его высота и легкость** зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного голеностопного, стопы и пальцев).

**Координация движений –** это согласованность мышц тела в процессе выполнения движений

**YI. Виды и формы контроля, критерии оценки способностей**

Контроль проводится в следующих видах и формах: наблюдение, контрольные упражнения; открытое занятие; выступление на концертах; опрос или анкетирование. Данные формы контроля дают возможность определить эффективность обучения по данной программе, позволяют детям, педагогам и родителям увидеть результаты своего творческого труда.

**Критерии оценки танцевальных способностей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | Высокий уровень  (5 баллов) | Средний уровень  (2-4 балла) | Низкий уровень  (0-1 балл) |
| 1. **Музыкальность –** способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога). | Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами. | Движения передают только общий характер, темп, ритм музыки. | Движения не совпадают с темпом, ритмом, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога. |
| 2. **Эмоциональность**  Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. | Дети эмоциональны, подпевают во время движений, мимика богата и выразительна. |  | Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует. |
| 3. **Волевая сфера -**  Волевые качества, определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка и самообладание. | Ребенок преодолевает трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряется в непривычных сценических условиях, в момент прекращения музыкального сопровождения, смены направления, скорости, характера движений, смены партнеров. | Ребенок не всегда справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все (больше половины повторов). | Ребенок может пропустить половину повторов движений, жалуется на усталость (при хорошем состоянии здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения. |
| 4. **Воображение и творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. | Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений. | Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений. | Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога. |
| 5. **Память** - способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, двигательная. | Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу. | Детям необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом. | Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз. |
| 6. **Внимание** – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами. | Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно. | Ребенок выполняет композицию с некоторыми “помарками”, иногда отвлекается, упускает “нить движения”, ему требуются подсказки. | Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания. |
| 7. **Артистизм** (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры. В хореографии артистизм - это:  • способность к восприятию танцевальных композиций в целом;  • способность воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы;  • способность выражать пластикой движений настроения, заложенные в музыке. | Исполняя танцевальный номер на сцене, дети ярко проявляют и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступают спокойно и уверенно, эмоционально заразительно. |  | Дети исполняют танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), - что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе. |
| 1. **Специальные хореографические данные** - (Выводится средний балл по всем измерениям)*.*   ***Координация*** (согласованность движений тела)*:*  ***Шаг*** *(При вертикальном положении корпуса):*  ***Прыжок*** (*Во время прыжка с натянутыми стопами):*  ***Подъем*** *(В положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол):* *Гибкость* (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад): **Выворотность** (В положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены): | Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно.  Нога свободно поднимается на любую высоту выше 900  Расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы. Расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы. Угол 900 и больше.  Колени свободно лежат на полу. | Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.  Поднимание ноги на 900 свободно, без напряжения.  Расстояние от пяток до пола не менее размера стопы.  Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.  Угол – не менее 45 градусов.  Расстояние от пола до коленей не более 10 см | Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.  Поднимание ноги ниже 900  Расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом топы не вытягиваются во время прыжка.  Расстояние от пятки до пола намного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.  Угол – менее 45 градусов.  Расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу. |

**YII. Условия реализации программы**

**Методическое обеспечение программы**

* Планы-конспекты занятий.
* Наглядный материал к занятиям.
* Диагностические материалы.

**Материально-техническое обеспечение программы**

* Наличие учебного класса.
* Оборудование классов: станки, зеркала для самоконтроля.
* Техническое оснащение: аудиоаппаратура, видеомагнитофон (DVD) или компьютер (ноутбук), видеокамера.

**Оформление концертных номеров:**

* изготовление костюмов в соответствии с репертуаром;
* обувь для сцены и для занятий;

**Обеспечение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности**

* Тщательная влажная уборка помещения.
* Проветривание.
* Соблюдение режима обучения и перерывов.
* Проведение занятий по технике безопасности.

**Требования к внешнему виду детей:**

Обувь должна быть мягкой для занятий классическим экзерсисом (специальные тапочки, носки, чешки) и туфли для исполнения народных танцев. Форма одежды должна быть обтягивающей (купальники, трико, лосины), чтобы педагог мог видеть недостатки в осанке ребенка во время исполнения упражнений. Волосы должны быть гладко зачесаны, не спадать на лицо.

**Связь с родителями:**

Большое значение при организации работы придается включению родителей в ту атмосферу деловитости и серьезности, создать которую считается необходимой в занятиях искусством. Для того, чтобы создать у родителей желаемый психологический настрой, вызвать у них нужное отношение и понимание целей занятий, родители приглашаются на концерты, открытые занятия, проводятся беседы о том, что может дать ребенку искусство танца, раскрытие значение объективного, беспристрастного подхода к своим детям, необходимости учета их индивидуальных склонностей, способностей. Особенно подчеркивается роль прилежания. Прилежный, старательный, работоспособный, даже менее одаренный ребенок может достичь хороших результатов, если он находится в атмосфере доброжелательности, интереса и уважения к своим достижениям.