

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Центр творческого развития
и музыкально-эстетического образования
детей и юношества «Радость»
(ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «РАДОСТЬ»)**



Принята на заседании
Педагогического совета
ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость»

Утверждаю:
директор
ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость»

от «_____» _____

Протокол № _____ /Жданова Т.А./

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
НАРОДНЫЙ (НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ) ТАНЕЦ: СРЕДНЯЯ СТУПЕНЬ
(ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ)**

Направленность программы: художественная
Уровень программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 9 - 12 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость»
Сыров Илья Владимирович

Москва – 2015

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА О ПРОГРАММЕ

1. Структура программы

	стр.
Титульный лист	1
1. Пояснительная записка	3
2. Содержание программы	8
3. Формы контроля и оценочные материалы	12
4. Организационно-педагогические условия реализации программы	15
<i>Приложение 1. Упражнения двигательного теста.....</i>	19
<i>Приложение 2. Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки.....</i>	21

2. Образовательная программа «Народный (народно-сценический) танец» ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость» была разработана в 2013 году. В 2014/2015 учебном году была переработана и дополнена в соответствии с новыми нормативными документами Министерства образования РФ, Департамента образования города Москвы, а также новым Уставом ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость» и обновленными локальными актами Учреждения.

3. По программе работают педагоги дополнительного образования ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость»:

Сыров Илья Владимирович
Койнов Александр Борисович
Амосов Андрей Александрович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Народный (народно-сценический) танец: средняя ступень» разработана для детей 9-12 лет, обучающихся хореографического отделения ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость», имеет художественную направленность, рассчитана на ознакомительный уровень освоения.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Народный танец, являясь одним из наиболее распространённых древних видов народного творчества и эффективным средством художественно-эстетического воспитания позволяет познакомить детей с богатством народной культуры, культурными ценностями народов мира, способствует патриотическому воспитанию, формированию самоидентификации личности. Народно-сценический танец является основой обучения, фундаментом для освоения всего комплекса хореографических дисциплин. Он в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Вышеуказанные свойства народного танца позволяют решать одну из самых актуальных задач современного общества — воспитание духовно и нравственно здорового поколения. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует укреплению мышечного аппарата, формированию правильной осанки, укреплению и развитию дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Экспрессия и колорит народной танцевальной музыки пробуждает эмоциональность учащихся, способствует их творческому самовыражению.

Цель и задачи программы

Цель программы – художественно-нравственное воспитание школьников, сохранение их психофизического здоровья, формирование начальных навыков, в области народного танца и развитие общих музыкальных способностей средствами танцевального искусства.

Задачи программы

задачи в обучении:

1. формирование у школьников начальных технических навыков исполнения элементов русского народного танца;
2. ознакомление учащихся с терминологией народно-сценического танца;
3. знакомство школьников танцевальной культурой разных народов;
4. формирование у них умений и навыков музыкального и выразительного исполнения движений народных танцев;

5. формирование у школьников начальных навыков ансамблевого исполнения народных танцев.

задачи в воспитании

1. воспитание у современных школьников интереса и уважения к музыкальной культуре своей страны и танцевальному искусству других народов;
2. воспитание у учащихся основ исполнительской культуры;
3. воспитание культуры межличностного общения школьников в коллективе, навыков партнерской работы;
4. воспитание воли к преодолению трудностей, дисциплины, ответственного отношения к труду.

задачи в развитии:

1. развитие физических данных ребенка: мышечной силы, выносливости;
2. развитие у учащихся пластики и координации движений, локомоторной ловкости;
3. развитие у них музыкального слуха, внимания и «хореографической» памяти;
4. развитие у учащихся эмоциональной отзывчивости, способности творческого самовыражения, передачи чувств и эмоций средствами музыкального движения.

Отличительные особенности (новизна) программы.

При работе над программой были проанализированы несколько действующих программ по народно-сценическому и народному танцу: дополнительная общеобразовательная программа хореографического развития детей «Шаги» (Шеина В.Н., Нижневартовск, 2010); примерная программа для хореографических отделений ДМ и МШИ «Народно-сценический танец» МК РСФСР ЦНМКпоУЗКиИ (Москва, 1987); образовательная программа дополнительного образования детей «Народно-сценический танец» ДШИ № 6, (А.И. Панфилова, Москва, 2015). Все вышеперечисленных программы предусматривают предварительный профессиональный отбор обучающихся, бо́льшая часть программ отводит ознакомительному этапу освоения программы 1 год, элементы танцев народов мира вводятся только на 3-м году обучения.

В отличие от представленных программ, настоящая программа рассчитана на начальное обучение основам танца любых детей, в том числе со слабыми хореографическими данными; занятия проводятся в доступном режиме (1 час в неделю), в содержание программы включены простейшие элементы народных танцев, при разучивании которых учитываются психофизические особенности

каждого ребенка в группе. При необходимости производится индивидуальный подбор комплекса танцевальных движений в народной манере, доступных ребенку для освоения.

Категория обучающихся: 9-12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

Срок реализации программы: 2 года. Объем программы – 36 часов в год, общий объем программы – 72 часа.

Формы и режим занятий

Зачисление в группы осуществляется на добровольной основе по заявлению родителей (законных представителей) ребенка. Добор в течение года возможен при условии прохождения ребёнком двигательного теста (Приложение 1) с испытательным сроком 2 месяца.

Форма обучения - очная, групповая. Группы формируются по возрастному принципу, с учетом индивидуальных способностей обучающихся. По итогам педагогического наблюдения группы могут быть переформированы с учетом степени усвоения программы, возможности участия в концертно-конкурсной деятельности, физических и танцевальных способностей детей, межличностных отношений внутри группы.

Формы учебной деятельности:

- учебное занятие
- контрольное занятие
- открытое занятие
- итоговое занятие
- объяснение, беседа, рассказ
- просмотр и анализ видеоматериалов
- концертная деятельность
- экскурсии;
- подготовка и участие в конкурсных мероприятиях;
- конкурс, фестиваль, концерт, показ

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий – 45 минут, с установленными перерывами в соответствии СанПиН (постановление Главного санитарного врача РФ 2.4.4.3172-14 от 04.07 2014 №41).

Прогнозируемые (ожидаемые) результаты реализации программы.

В ходе обучения дети осваивают:

- специальную танцевальную терминологию;

- структуру и основные части занятия;
- основные понятия («точка», внешний и внутренний круг, подготовка к вращению, рабочая и опорная нога, и т.д.);
- простые танцевальные шаги: бег, галоп, подскок, галоп с поворотом на 180⁰, шаг польки и т.д.;
- этикет приветствия и прощания
- навыки правильной постановки корпуса, головы, позиций ног и рук в народном танце.

Учебные результаты освоения программы

По окончании 1 года обучения	
программные требования к знаниям	программные требования к умениям и навыкам
1. основные позиции рук и ног, подготовительное положение 2. основные понятия: - рабочая нога - опорная нога - «точка» - внешний круг - внутренний круг 3. понятие «сильная доля» 4. простые танцевальные шаги: - бег - галоп, галоп с поворотом - подскок - шаг польки 5. этикет приветствия и прощания	1. соблюдать этикет приветствия и прощания 2. исполнять простые танцевальные шаги 3. ориентироваться в учебном пространстве зала 4. ритмично двигаться в соответствии с характером музыки 5. слышать сильную долю такта, менять движения в соответствии с формой музыкального произведения 6. выполнять простейшие движения у станка и на середине: battement, plie, маленькие броски, «верёвочка», «гармошка», «ковырлячка», «колесо», «лягушка» 7. владеть навыками правильной постановки корпуса, головы; владения центром тяжести тела координации движений;
По окончании 2 года обучения	
программные требования к знаниям	программные требования к умениям и навыкам
1. особенности русского костюма, отличительные особенности мужского и женского костюма 2. отличительные особенности мужского и женского исполнительства 3. основные понятия: - линия - диагональ - круг - интервал 4. основные позиции рук и ног в русском танце	1. фиксировать «точку» во время вращения 2. исполнить простейшие «дробь» русского танца 3. исполнить основные движения русского танца: «верёвочка» простая и усложнённая, «косыночка», переменный ход, припадания, притопы, пережат 4. повторить простую комбинацию движений вслед за показом педагога 5. уверенно ориентироваться в учебном пространстве зала 6. владеть навыками правильной осанки, дуэтного исполнения, ансамблевой работы

Личностные результаты освоения программы

Результаты развития обучающихся:

- более высокие показатели развития музыкальности и телесной памяти, внимания;
- более высокие показатели физического развития, выносливости, хорошая осанка, координация движений;
- положительная динамика роста эмоциональности детей, способности творческого воплощения музыкального образа с помощью пластики движений, выразительных жестов, мимики

Результаты воспитания обучающихся:

- положительная динамика проявления интереса к танцевальному искусству мировой художественной культуре;
- умение вести себя в общественных местах, на сцене и за кулисами во время выступления;
- более высокие показатели коммуникативных навыков и партнерских качеств, ответственности и дисциплинированности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

№ п/п	Названия разделов и тем	1 год обучения			2 год обучения			Формы аттестации / контроля
		количество часов			количество часов			
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	Просмотр
2.	Техника танца	34	8	26	34	4	30	Контрольное занятие, просмотр
2.1	Упражнения у станка	12	2	10	10	1	11	
2.2.	Упражнения на середине	12	2	10	10	1	11	
2.3.	Трюковые движения	4	2	2	4	1	3	
2.4	Танцевальные этюды на изученном материале	6	2	4	6	1	5	
2.5	Элементы танцев народов мира	-	-	-	4	1	3	
3.	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	Контрольное занятие концерт, конкурс, фестиваль, показ
ИТОГО:		36	9	27	36	5	31	

Примечания:

1. содержание программы организовано по спиральному принципу, что предопределило необходимость выделения в учебно-тематическом плане и содержании программы основных разделов и тем, каждая из которых на каждом году обучения содержательно дополняется и расширяется;
2. количество часов учебно-тематического плана представлено из расчёта на 36 учебных недель и на 1 учебную группу.

Содержание учебного (тематического) плана 1-й год обучения

1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с детьми, определение работы в коллективе, решение организационных вопросов; знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на занятиях и в помещениях Центра. Знакомство с предметом.

Практика. Определение исходных способностей детей на начало обучения. Изучение поклона, основных позиций ног, подготовительных позиций рук.

2 раздел. Техника танца

Тема 2.1 Упражнения у станка

Теория. Значение упражнений у станка. Основные позиции рук и ног. Понятие «сокращённой» и «напряжённой» стопы. «Молоточки». «Верёвочка». Техника выполнения движений.

Практика. Отработка выполнения движений:

- Battement tendu с «сокращением» и «натяжением» стопы из I позиции
- Маленькие броски работающей ногой
- Маленькие броски работающей ногой с pour le pied
- Подготовка к верёвочке
- «Молоточки» по VI позиции
- Припадание

Тема 2.2. Упражнения на середине зала

Теория. Значение упражнений на середине. Основные положения рук и ног в русском танце. «Каблучки». «Гармошечка». Присядка. Припадания. Техника выполнения движений.

Практика. Отработка выполнения движений:

- «Каблучки»
- Бег с «молоточками» (по диагонали, по кругу, в парах)
- Полуприсядка
- Присядки («мячик» по 6 и 1 позиции)
- Гармошечка
- «Ковырялочка»
- Припадание
- Хлопушки одинарные.

Тема 2.3. Трюковые движения

Теория. Дисциплина и техника безопасности при выполнении движений. Техника выполнения движения. Показ педагога.

Практика. Выполнение и отработка движений:

- «Колесо»
- «Лягушка»
- Бегунок

Тема 2.4. Танцевальные этюды на изученном материале

Теория. Правила и логика комбинирования движений. понятие опорной и работающей ноги, центра тяжести.

Практика. Выполнение комбинаций, показанных педагогом.

3. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов года, планы на следующий год. Анализ достижений учащихся.

Практика. Итоговый показ (концерт) Обсуждение. Выполнение комбинаций на выбор обучающихся.

2-й год обучения

1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с новыми обучающимися. Планы на год. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и в Центре.

Практика. Проверка остаточных знаний, повторение пройденного материала.

2 раздел. Техника танца

Тема 2.1. Упражнения у станка

Теория. Повторение основных позиций рук и ног. Областные особенности постановки рук в русском танце. Значение «выворотности». Flik-flac. Техника выполнения движения.

Практика. Отработка выполнения движений:

- Plie, сочетание выворотных и не выворотных позиций.
- Battement tendu по 6 поз. в demi plie с работой пятки опорной ноги.
- Па тортъе
- Упражнения на выстукивание
- Большое каблучное по всем направлениям
- Flik-flac
- Большие броски с tombe пике.

Тема 2.2. Упражнения на середине

Теория. Основные позиции рук и корпуса в русском танце. Областные особенности дробей. Техника выполнения движений.

Практика. Отработка выполнения движений:

- «Молоточки» по 5 поз.
- «Веребочка» с «перекатом».
- Pas de basque
- Молоточки по 5 поз. с выбросом ноги на 90^0 в demi plie.
- Дробные комбинации.
- Присядки, усложненные хлопками
- Хлопушка, усложненная большими бросками и поворотами на 180^0 и 360^0

Тема 2.3. Трюковые движения

Теория. Дисциплина и техника безопасности при выполнении движений. Чёткость и аккуратность исполнения. Техника выполнения движения. Показ педагога

Практика. Отработка выполнения движений:

- «Бедуинский» (перекидное)
- «Коза».

Тема 2.4. Этюды на изученном материале

Теория. Целесообразность комбинирования движений.

Практика. Выполнение комбинаций, показанных педагогом

Тема 2.5. Элементы танцев народов мира

Теория. Основные положения рук и ног в украинском танце. Особенности исполнения. Стилистические особенности. История костюма. Техника выполнения движений.

Практика. Отработка выполнения элементов украинского танца:

- Основные положения рук, основные танцевальные шаги.
- Ход «Бегунец»
- «Голубец»
- Упадание
- «Выхилиястник»

3. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов обучения. Обзор достижений детей.

Практика. Итоговый просмотр (концерт) Выполнение комбинаций на выбор обучающихся. Обсуждение показа, планирование дальнейшего обучения.

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Механизм выявления образовательных результатов программы

Результаты реализации программы проверяются систематически в течение всего учебного года относительно исходного уровня знаний и умений учащихся на начало обучения. Контроль ведется на текущих занятиях в процессе наблюдения педагога за активностью и продуктивностью учебной деятельности учащихся, а также в ходе контрольных, открытых занятий, при организации и проведении музыкальных гостиных, на конкурсных и концертных выступлениях.

Виды контроля

- *Предварительный контроль.* Проводится в начале года для проверки остаточных знаний обучающихся.
- *Текущий контроль* проводится на каждом занятии в виде педагогического наблюдения
- *Промежуточный контроль* позволяет определить, насколько успешно проходит развитие обучающегося и усвоение ими образовательной программы. Проводится в конце каждой четверти, а также по результатам участия в концертных и конкурсных мероприятиях.
- *Итоговый контроль* проводится в виде контрольного занятия в конце каждой четверти и каждой учебной четверти. Позволяет выявить динамику изменения образовательного уровня.

Формы и содержание итоговых занятий

- отчетный концерт;
- конкурс, фестиваль;
- просмотр;
- открытое занятие.

Критерии оценки учебных результатов программы

Работа учащихся, согласно практике, сложившейся в ЦТР и МЭО «Радость», оценивается по пятибалльной шкале. Оценки фиксируются в дневниках. Данная оценка не является абсолютным показателем, выставляется с учётом уровня обучения ребёнка.

5 (отлично)	Учащийся демонстрирует высокую ответственность и заинтересованность в учебной деятельности, регулярно выполняет домашнее задание, не пропускает занятия без уважительной причины, демонстрирует высокий уровень знаний, владеет на высоком и творческом уровне, получаемыми в ходе изучения предмета умениями и навыками.
-------------	---

4 (хорошо)	Учащийся демонстрирует ответственность и заинтересованность в учебной деятельности, выполняет домашнее задание, демонстрирует хороший уровень знаний, в достаточной степени владеет получаемыми в ходе изучения предмета умениями и навыками.
3 (удовлетворительно)	Учащийся демонстрирует недостаточную ответственность и заинтересованность в учебной деятельности, нерегулярно выполняет домашнее задание, демонстрирует удовлетворительный уровень знаний, и в недостаточной степени владеет получаемыми в ходе изучения предмета умениями и навыками.
2 (неудовлетворительно)	Учащийся не выполнил программу курса.

Оценке и контролю подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- 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. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.
Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

- Музыкально – ритмическая координация

Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Параметры и критерии оценивания одинаковые для 1 и 2 годов обучения, несмотря на развитие двигательных возможностей учащихся. В экзерсисе 2 года обучения используется материал, пройденный в предыдущий год обучения, в более сложных ритмических рисунках и в ускоренном темпе. Усложняются комбинации за счет объединения ряда движений. Развивается техника и сила ног при выполнении танцевальных комбинаций. Продолжается работа над правильным физическим развитием, стройностью осанки, изяществом и ловкостью движений. Расширяется лексический запас танцевальных навыков за счет изучения основных элементов украинского народного танца, происходит знакомство с самобытной манерой народного исполнения. Развивается творческая индивидуальность обучающихся: детям предлагается самостоятельное составление небольших танцевальных комбинаций на основе пройденного материала. Продолжается работа над эмоциональностью и выразительностью при исполнении танцевальных движений. Воспитывается выносливость, трудолюбие, настойчивость в достижении цели.

Уровень предъявляемых требований коррелируется с возрастающим уровнем развития хореографических параметров соответственно году обучения.

Способы фиксации учебных результатов программы

- запись в дневник;
- запись в листе педагогического наблюдения;
- запись в журнале учета работы объединения;
- оценка (отметка);
- видеозапись выступлений.

Формы подведения итогов реализации программы (формы публичной презентации образовательных результатов программы):

- концертное выступление;
- конкурсное выступление;
- отчётный концерт.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение реализации программы

Название учебной темы	Название и форма методического материала
Вводное занятие	Инструкции по технике безопасности, списки групп «Введение», видеоматериалы DVD; подборка музыкальных фрагментов для сопровождения упражнений, CD.
Упражнения у станка	Техническое описание движений и упражнений; схема движений и упражнений; понятийный словарь (словарь терминов). Аудиозаписи музыкальных фрагментов CD
Упражнения на середине	Техническое описание движений и упражнений; схема движений и упражнений; понятийный словарь (словарь терминов). Аудиозаписи музыкальных фрагментов CD
Трюковые движения	Техническое описание движений и упражнений; схема движений и упражнений; понятийный словарь (словарь терминов). «Трюки» аудиозаписи музыкальных фрагментов, видеоматериалы DVD
Этюды на изученном материале	«Этюды» аудиозаписи музыкальных фрагментов CD
Элементы танцев народов мира	Техническое описание движений и упражнений; схема движений и упражнений; понятийный словарь (словарь терминов). Аудиозаписи музыкальных фрагментов; схемы танцев CD

Материально-технические условия реализации программы:

1. наличие зала для занятий хореографией, оборудованного в соответствии СанПиН 2.4.43172-14 от 04.07 2014 №41:
 - балетные разноростовые станки,
 - зеркала,
 - музыкальное сопровождение (рояль, музыкальный центр),
2. наличие костюмерной с необходимым комплектом костюмов,
3. реквизит к танцам (корзинки, бубны, пики, платки, ленты и т.д.),
4. оснащение: гимнастические коврики не менее 15 шт., мячи, скакалки.
5. Форма для занятий (приобретается родителями для каждого ребёнка):
 - Девочки: чёрный гимнастический купальник (рукав $\frac{3}{4}$), чёрная шифоновая юбка, чёрные хореографические лосины, чёрные балетки, чёрные народные туфли, сетка для волос;
 - Мальчики: чёрная футболка, чёрные хореографические лосины, чёрные балетки, сапоги

Список литературы

Нормативные документы в сфере дополнительного образования детей

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации». Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года. Одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года.
3. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
4. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».
5. Указ Президента Российской Федерации от 20 октября 2012 г. № 1416 «О совершенствовании государственной политики в области патриотического воспитания».
6. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012–2017 годы. Утверждена Указом Президента РФ от 1 июня 2012 года № 761.
7. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов. Утверждена Президентом РФ 3 апреля 2012 г.
8. Комплекс мер по реализации Концепции общенациональной системы выявления и развития молодых талантов. Утвержден Заместителем Председателя Правительства Российской Федерации О.Ю. Голодец 26 мая 2012 г. № 2405п-П8.

9. Приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году»
10. Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
11. Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 24 апреля 2015 г., № 729-р.
12. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41.
13. Примерные требования к программам дополнительного образования детей: приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844.
14. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г.

Методическая литература

1. Антропова Л.В., Теория и методика преподавания классического танца, Орёл, 2008.
2. Гусев Г.П., Народный танец. Методика преподавания. М., 2012 г.
3. Дополнительная общеобразовательная программа хореографического развития «Шаги», автор-составитель Шеина В.Н., Нижневартовск, 2010 г.
4. Есаулов И.Г., Есаулова К.А., Народно-сценический танец. Учебное пособие, М., 2014
5. Захаров В.М., Радуга русского танца, М., 1986.
6. Климов А.А., Основы русского народного танца, М., 1981.
7. Мессерер А. М., Уроки классического танца, СПб., 2004.
8. Нестеров В.К., Русский народный танец, М., 2010.
9. Образовательная программа дополнительного образования детей «Народно-сценический танец» ДШИ № 6, автор-составитель А.А. Борзов, с поправками А.И Панфиловой, Москва, 2015.
10. Примерная программа для хореографических отделений ДМиМШИ «Народно-сценический танец» МК РСФСР ЦНМКпоУЗКиМ, Москва, 1987.

11. Смирнова Г., Бочкарева Н.И., Уроки хореографии в образовательных учреждениях, Кемерово, 2000г.
12. Ткаченко Т.С., Народные танцы, М.: Искусство, 1954.
13. Фоменко И.М., Основы народно-сценического танца, Орёл, 2002.

Литература для учащихся и родителей

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – СПб., 2006.
2. Барышникова Т.К., Азбука хореографии. – М., 2000.
3. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2000.
4. Вихрева А.Н., Экзерсис на полу. – М., 2004.
5. Лопухов А.В., Ширяев А.В. Основы характерного танца. – СПб., 2007.
6. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.

Интернет-ресурсы

1. horeograf.COM. Все для хореографов и танцоров, [сайт] URL: <http://www.horeograf.com>
2. Социальная сеть работников образования nsportal.ru. [сайт] URL: <http://nsportal.ru>
3. Dancehelp.ru— хореографу в помощь, [сайт] URL: <http://dancehelp.ru/>

Упражнения двигательного теста для поступающих на хореографическое отделение ЦТРИМЭО «Радость»

Из книги Барышниковой Т.А. «Азбука хореографии»

1. Тест на подвижность шейного отдела позвоночника
 - Наклонить голову вперёд – подбородок должен коснуться груди
 - Наклонить голову назад – взгляд должен быть устремлён точно вверх
 - Наклонить голову к плечу – верхний край одного уха должен находиться на вертикальной прямой с нижним краем другого уха
 - Повернуть голову в сторону – взгляд должен быть обращён точно в сторону, подбородок – на одной оси с плечом
2. Тест на подвижность плечевых суставов и эластичности мышц плечевого пояса
 - Поднять согнутые в локтях руки за голову и скрестить предплечья так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
 - Согнуть за спиной одну руку локтем вверх, вторую – локтем вниз. Соединить пальцы рук. То же – в другую сторону.
3. Тест на определение гибкости позвоночника
 - Встать прямо, ноги вместе. Наклониться вперёд, достать пальцы ног кончиками пальцев рук.
 - Лёжа на полу с закреплёнными стопами, прогнуться в пояснице, отрывая плечи и грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом – не менее 15 см.
 - Встать спиной к стене, ноги на ширине плеч. Наклониться как можно ниже в сторону, не отрывая спину от стены. Кончики пальцев должны быть чуть ниже коленной чашечки.
4. Тест на определение подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.
 - Лёжа на спине, согнуть ногу в колене и подтянуть к груди – передняя поверхность бедра должна соприкоснуться с поверхностью грудной клетки. Вторая нога выпрямлена и лежит на полу.
 - Лёжа на животе (подбородок прижат к полу), согнуть ногу в колене и с помощью рук постараться коснуться пяткой ягодицы. Бедро при этом не должно отрываться от пола.
 - Сидя на полу, с вертикальной спиной, развести ноги как можно шире в стороны. Угол между ногами должен быть не менее 90 градусов.
 - В положении полулёжа на спине с опорой на локти, согнуть одну ногу коленом вовнутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной

ноге. Таз должен быть неподвижен, а согнутое колено – почти касаться пола.

5. Тест на определение подвижности коленных суставов

- Сидя на полу, максимально согнуть ноги коленями вверх. В норме – икроножная мышца должна соприкоснуться с задней поверхностью бедра.
- Сидя на полу, максимально выпрямить ноги, прижимая их к полу под коленками. Если пятки значительно отрываются от пола, это говорит о переразгибе коленного сустава; если не удалось до конца выпрямить ноги и между полом и коленями есть промежуток, это говорит о недостаточной подвижности коленного сустава.

6. Тест на определение подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

- Встать прямо, ноги вместе. Присесть, не отрывая от пола носки и пятки. Угол между полом и голенью должен быть 45-55 градусов
- Держась руками за опору, отставить прямую ногу как можно дальше назад, при этом пятка должна стоять на полу. Угол между полом и голенью должен быть 50-60 градусов.
- Из положения стоя на коленях, сесть на пятки. В норме – тыльная сторона стопы и голеностопа касаются пола, носки не должны быть обращены внутрь.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Из образовательной программы по хореографии ГБУК г. Москвы «Детский театр эстрады»

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Хореографические данные	<ul style="list-style-type: none"> • Хорошая осанка • Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах) • Танцевальный шаг от 120⁰ • Высокий подъем стопы • Очень хорошая гибкость • Легкий высокий прыжок 	<ul style="list-style-type: none"> • Не очень хорошая осанка • Выворотность в 2 из 3 суставов • Танцевальный шаг 90⁰ • Средний подъем • Не очень хорошая гибкость • Легкий средний прыжок 	<ul style="list-style-type: none"> • Плохая осанка • Выворотность в 1 из 3 суставов • Танцевальный шаг ниже 90⁰ • Низкий подъем • Плохая гибкость • Нет прыжка
Музыкально-ритмические способности	<ul style="list-style-type: none"> • Отличное чувство ритма • Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов) • Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> • Среднее чувство ритма • Координация движений 2 показателя из 3 • Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> • Нет чувства ритма • Координации движений 1 показатель из 3 • Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none"> • Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене • создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ 	<ul style="list-style-type: none"> • Не очень эмоционально выразительный, есть небольшой зажим на сцене • Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ 	<ul style="list-style-type: none"> • Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене • Не может создать сценический образ