

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Москвы "Детская школа искусств №10"

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета
ГБУДО г. Москвы «ДШИ № 10»
Протокол от 27 августа 2020 г. № 3

УТВЕРЖДЕНО

Приказом ГБУДО г. Москвы «ДШИ» № 10
от 27 августа 2020 г. № 28/ОД

Фонды оценочных средств

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная
программа в области хореографического искусства
"Хореографическое творчество"

для детей в возрасте от 6 лет 6 месяцев до 9 лет

Срок реализации:

I (стартового) уровня – 3 года

II (базового) уровня – 2 года после освоения I (стартового) уровня

III (продвинутого) уровня – 2 года после освоения II (базового) уровня

МОСКВА 2020

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка

II. Экзамен по
классическому танцу Объект
оценивания

Примерная программа выпускного экзамена 3,5,7 класса

III. Экзамен по народно-сценическому танцу

IV. Объект оценивания

Примерная программа выпускного экзамена 3 класса

V. Экзамен по Русскому танцу

VI. Объект оценивания

Примерная программа выпускного экзамена 5,7 класса

I. Пояснительная записка

В соответствии с «Рекомендацией по организации образовательной и методической деятельности при реализации дополнительных общеразвивающих общеобразовательных программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, в области музыкального искусств, положением о формировании фонда оценочных средств Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования города Москвы «Детская школа искусств №10, для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям программы «Хореографическое творчество» создан фонд оценочных средств (далее – ФОС) для проведения итоговой аттестации по учебным предметам.

Методическим советом ГБУДО г. Москвы "ДШИ №10" разработаны критерии оценок успеваемости обучающихся по программе "Хореографическое творчество". Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют: определить уровень освоения обучающимся материала, предусмотренного учебной программой по учебному предмету; оценить умение обучающегося использовать теоретические знания при выполнении практических задач; оценить обоснованность изложения ответа.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов:

1) Классический танец:

- первый (стартовый) уровень,
- второй (базовый уровень),
- третий (продвинутый) уровень.

2) Народно-сценический танец

- первый (стартовый) уровень,
- второй (базовый уровень),
- третий (продвинутый) уровень

3) Русский танец

- третий (продвинутый) уровень

4) Гимнастика - первый (стартовый) уровень 2 класс

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно".

Требования к выпускным экзаменам и критерии оценок итоговой аттестации определены ГБУДО г. Москвы "ДШИ №10" в соответствии с федеральными государственными требованиями к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области хореографического искусства "Хореографическое творчество" (классический танец)". В связи с чем, при прохождении итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать знания, умения, компетенции и навыки в соответствии с программными требованиями, в том числе:

- знание профессиональной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций классического и народно-сценического танца;
- умение исполнять различные виды танца: классического, народно-сценического;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического и народно-сценического танца, а также разучивании хореографического произведения;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умение понимать и исполнять задания преподавателя;
- умение исполнять различные виды танца: классического, народно-сценического;
- умение распределять сценическую площадку, сохраняя рисунки танца;
- навыки ансамблевого исполнения танцев;
- навыки публичных выступлений;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- знание основных отличительных особенностей хореографического искусства различных исторических эпох, стилей и направлений.

II. Классический танец

Объект оценивания:

1. Экзаменационный урок, состоящий из показа комбинаций у станка и на середине зала, включающий в себя экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, allegro, экзерсис на пальцах

2. Предмет оценивания:

- сформированный комплекс знаний, умений и навыков, отражающий наличие у обучающегося артистизма, художественного вкуса, знания музыкальных стилей, способствующих творческой самостоятельности, в том числе:
 - знание профессиональной терминологии (названий) балетных движений и методики их исполнения;
 - умение исполнять заданную комбинацию движений на предложенный музыкальный материал, основываясь на правильном восприятии метроритмической структуры музыки;
 - умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
 - умение сочетать исполнение движения с характером музыки, особенностями ее мелодического рисунка и динамического развития, что должно найти яркое проявление в исполнении концертных номеров;
 - умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и показе хореографического произведения;
- навыков музыкально-пластического интонирования;

- как, и в каком качестве умеет практически владеть пройденным материалом. На итоговом экзамене учащийся должен показать умение грамотно исполнять основные элементы и комбинации классического танца, пройденные за весь период обучения.

Методы оценивания

Методом оценивания является выставление оценки за исполнение экзаменационного урока классического танца в форме класс-концерта.

Оценивание проводит утвержденная распорядительным документом ОО экзаменационная комиссия на основании разработанных требований к выпускному экзамену по классическому танцу.

Примерные требования к выпускному экзамену в 3,5,7 классах. Соответственно: первый стартовый уровень, второй базовый уровень, третий продвинутый уровень

Экзамен по классическому танцу включающий в себя 4 раздела:

- экзерсис у станка;
- экзерсис на середине зала;
- allegro;
- экзерсис на пальцах.

Продолжительность экзаменационного урока 40 минут. Учащиеся выпускных классов должны показать свободное владение техникой танца, строгий академический стиль, пластическую выразительность, умение раскрывать эмоциональное содержание и характер музыки в танце, чувство ансамбля.

Примерная программа выпускного экзамена в 3 классе первый (стартовый) уровень

1. Экзерсис у станка

Повторение и развитие экзерсиса 1-класса на полупальцах:

1. Полуповороты в V позиции на полу пальцах на двух ногах по направлению к станку и от станка.
2. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.
3. Demi-dors de jambe developpe на 45 градусов и на 90 градусов.
4. Battements soutenus с подъемам на полупальцах во всех направлениях.
5. Battements developper passé уf 90 градусов их всех направлений и attitude croisee и efface.
6. Battements fondues tombee.
Preparation из V позиции для труда.

2. Экзерсис на середине

1. Battements releves lents на 90 градусов.

2. Маленькое adajio.
3. Grands battements jete pointes во всех направлениях.

3. Аллегро

1. Assemble в сторону.
2. Assemble вперед и назад.
3. Double assemble.
4. Jette в сторону.
Pas glissade в сторону без перемены и с переменной ног.

5. Экзерсис на пальцах лицом к станку

1. Releve на I, II и V позиции.
2. Echarpe с V позиции на II.
3. Releve в IV позиции croisee и effacee.
4. Pas de bourre с переменной hor en dehors и en dedans.
5. Pas de bourre без перемен ног в сторону носком пол.
6. Pas saute по I позиции, вперед и назад.
7. Pas de bourree suivie по V позиции без продвижения и с продвижением в сторону.
Повторы на одном месте в V позиции (pas de bourree suivie).

Примерная программа выпускного экзамена в 5 классе второй (базовый) уровень

Основная (экзерсис)

Экзерсис у станка

1. Roue de jambe en l'air на полупальцах
2. Battements doubles frappes.
3. Battements frappes в позах: croisee, effacee, ecartee вперед и назад.
4. Tombe на месте (к V позиции) и saute на опорную ногу на полупальцах (исполняется в заключении battements frappes и petits battements).
5. Developpe ballote.
6. Battements developpes с медленным поворотом к станку и от станка с ногой вытянутой вперед и назад на целой стопе.
7. Preparation и тур с V позиции (тур в начале изучается на середине зала).
8. Preparation и тур из IV позиции.
9. Grand's battements jete с быстрым developpe (мягкие battements) во всех направлениях.
10. Battements battues вперед и назад в ecarte efface и croise.
11. Battements developper's tombs во всех направлениях

Экзерсис на середине

1. Battements tends и battements jets en torment по $\frac{1}{4}$ поворота, en dehors и en dedans.
2. Ronde de jambe par terre.
3. Медленные повороты с passe на 90 градусов из больших поз в позу en dehors и en dedans.
V и VI port de bras.
4. Grand temps lie (переход на всю стопу) вперед и назад.
5. Pas de bourree с переменной ног и без перемены ног en tournant en dehors и en dedans.

Аллегро

1. Sissonne в позу I и II arabesques по прямой линии и по диагонали (preparation и прыжок в сценической форме).
2. Sissonne fermee в сторону, вперед и назад.
3. Sissonne ouverte в сторону, вперед и назад, носком в пол, по мере усвоения на 45° .
4. Pas chasse во всех направлениях (с приемом маленькое sissone tombee и developpe-tombe).

Заноски

1. Echarpe battu на II позиции.
 2. Royale.
 3. Entrechat-quatre (во втором полугодии).
- Assemble battu.

Экзерсис на пальцах

1. Pas de bouree en tournant (все виды).
2. Echarpe на II позицию с продвижением назад и вперед.
3. Petits jets с продвижением во всех направлениях.
4. Sissonne simple en face и epaulement.
5. Coupe-ballonne с открыванием ноги в сторону.
6. Jete fondu (шаги по диагонали вперед и назад).
7. Glissade en tournant (в начале $\frac{1}{2}$ поворота).
8. Pas de bourree suivi по прямой линии в сторону, по диагонали и в направлении croisee вперед и croisee назад.
Changement de pieds.

Примерная программа выпускного экзамена в 7 классе третий (продвинутый) уровень

Основная (экзерсис)

Экзерсис у станка

1. Port de bras с ногой, вытянутой на 90 градусов вперед и назад.
2. Battements developpe balances.
3. Rond de jembe en l'air на 90 градусов.
4. Поворот - fouette из большой позы в позу.

Экзерсис на середине

Большое adagio с применением прыжков, двух туров в больших позах.

1. Port de bras в больших позах.
2. Battements diises en quarte (четвертой battements) вперед en dedans и назад en dehors и en dedans.
3. Тур a la seconde со II позиции.
4. Temps lie par terre с двумя турами.
5. Grand fouette с шага на croisee в позы I и III arabesgues.
6. Fouette на 45 ° - 8 оборотов endehors и en dedans.
7. Renverse на croise, en dehors и en dedans.
8. Туры chaines по диагонали на effacee и croisee.

Аллегро

1. Battements battu в сторону, на месте и с продвижением.
2. Jete battu.
3. Brise в перед и назад.
4. Grand assemble (изучается в сторону приемов, с coupe - шага, glissade, sissonne, tombee).
5. Grand jete в attitude croisee, III arabesgue с шага – coupe, в I и II arabesgue с V позиции и с coupe.
6. Jete pasie на effacee и croisie на 45 и 90 градусов с шага, с sissonne tombee, с pas coupe.
7. Sissonne simple en tournant во всех направлениях.
8. Gargoillade (rond de jambe double) en dehors и en dedans.
9. Cabriole на 45 градусов с приема: sissonne ouverte, с coupe, с sissonne tombee.
10. Emboite en tournant вперед и назад, с продвижением в сторону на 1\2 тура по прямой линии и по диагонали (вначале изучается отдельно с assemble каждое).
11. Grand jete в attedute effacee.
12. Туры sissonne tombe «блинчики» (вначале изучается без поворота).
13. Партерное скольжение по диагонали вперед и назад на demi-plie в позе

arabesgue
и en tournant в позах I и III arabesgue (temps
glisse).

Экзерсис на пальцах

1. Grand sissone ouverte с продвижением в позах attitudes и arabesgues.
2. Два тура с V позиции.
3. Два rond de jambe en l'air с V позиции и с coupe.
4. Туры en lehors с degage по диагонали на effacee.
5. Туры en dedans по диагонали на effacee.
6. Туры chaines по диагонали и по прямой.
7. Туры en dedans с coup по диагонали на effacee.
8. Туры по V позиции en dedans с продвижением вперед по диагонали 4 - 8 оборотов по диагонали.

III. Народно - сценический танец

1. Экзаменационный урок, состоящий из и показа на середине зала.

Предмет оценивания

- сформированный комплекс знаний, умений и навыков, отражающий наличие у обучающегося артистизма, художественного вкуса, знания музыкальных стилей, способствующих творческой самостоятельности, в том числе:
 - знание методики исполнения движений;
 - знание выразительных средств сценической хореографии;
 - знание исторических основ танцевальной культуры и самобытности народов, хореография которых изучается;
 - музыкальность и выразительность исполнения сложных танцевальных комбинаций;
 - умение передать национальный характер, манеру и стилистические особенности исполнения, как русского народного танца, так и исполнения танцев академического цикла;
 - знание и понимание законов сцены;
 - знание композиционных основ построения комбинаций;
 - навыки музыкально-пластического исполнения, определяющие артистический облик учащегося

Методы оценивания

Методом оценивания является выставление оценки за ансамблевое исполнение экзаменационного урока .

Оценивание проводит утвержденная распорядительным документом ОО экзаменационная комиссия на основании разработанных требований к выпускному

экзамену по народно-сценическому танцу.

Примерные требования к выпускному экзамену по народно- сценическому танцу:
3 класс

показ на середине зала.

Примерная программа выпускного экзамена в 3 классе первый (стартовый) уровень

Основная часть.

Поклон и реверанс (книксен),
Pas glissé (скользящий шаг),
Pas chasse (двойной скользящий шаг),
Pas élevé (боковой подъемный шаг), Галоп,
Все формы pas chassé (I, II, III, IV).
Pas balance на месте, с продвижением в перед и назад с поворотом на 45° и 90°.
Pas de basgué. Pas вальса

Танцы

Полонез (па полонеза, в парах по кругу, простейший рисунок полонеза),
Падеграс, Падепатинер.

Объект оценивания:

1. Экзаменационный урок, состоящий из исполнения движений у станка и показа на середине зала.

Предмет оценивания

- сформированный комплекс знаний, умений и навыков, отражающий наличие у обучающегося артистизма, художественного вкуса, знания музыкальных стилей, способствующих творческой самостоятельности, в том числе:
 - знание методики исполнения движений;
 - знание выразительных средств в народно-сценической хореографии;
 - знание исторических основ танцевальной культуры и самобытности народов, хореография которых изучается;
 - музыкальность и выразительность исполнения сложных танцевальных комбинаций;
 - умение передать национальный характер, манеру и стилистические особенности исполнения, как русского народного танца, так и исполнения танцев академического цикла;
- знание и понимание законов сцены;

– знание композиционных основ построения комбинаций;
навыки музыкально-пластического исполнения, определяющие артистический облик учащихся.

Методы оценивания

Методом оценивания является выставление оценки за ансамблевое исполнение экзаменационного урока в форме класс-концерта.

Оценивание проводит утвержденная распорядительным документом ОО экзаменационная комиссия на основании разработанных требований к выпускному экзамену по народно-сценическому танцу.

Примерные требования к выпускному экзамену по народно-сценическому танцу: 5,7 классы

- исполнение движений у станка;
показ на середине зала, состоящий из 5-7 разнохарактерных этюдов.

Примерная программа выпускного экзамена в 5 классе – второй (базовый) уровень

Основная часть. Экзерсис у станка и на середине

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Скольжение стопой по полу (*battements tendus*) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски (*battements tendus jetes*):
 - с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
 - в) сквозь по 1-й открытой позиции (*balanouirs*) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
4. Круговые скольжения по полу (*rond de tortille*):
 - а) одинарные,
 - б) двойные.
5. Повороты стопы (*pas tortilla*):
 - 6.а) одинарные,
 - б) двойные.
7. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° (*battements fondues*):
 - а) на всей стопе,
 - б) с подъемом ноги на полупальцы.
8. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
9. Скольжение стопой по полу (*battements tendus*) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.

10. Маленькие броски (*battements tendus jetes*):
- а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
 - в) сквозь по 1-й открытой позиции (*balanouirs*) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
11. Круговые скольжения по полу (*rond de tortille*):
- а) одинарные, б) двойные.
12. Повороты стопы (*pas tortilla*): а) одинарные, б) двойные.
13. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° (*battements fondues*):
- а) на всей стопе,
 - б) с подъемом ноги на полупальцы.
14. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
15. Развертывание ноги (*battements developpe*) на 90° с последующим ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (платные и резкие).
16. Подготовка к «четке» (*flic-flac*) в открытом положении перед, в сторону и назад.
17. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:
- а) на ногу открытую на носок в сторону или назад,
 - б) с шага,
 - в) с прыжка. «Веер» -маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.
18. Повороты:
- а) плавные на обеих ногах по 5-й открытой позиции в приседании и вытянутых ногах (*soutenu en tournan.....*),
 - б) поворот не одной ноге внутрь и наружу (*pirouette en dedans* и *en dehors*) с другой, согнутой в колене.
19. Подготовка к «качалке» и «качалка».
20. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами 1-й позиции прямой в испанском характере (*zarateado*).
21. Растяжка из первой прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
22. Большие броски (*grands battements*) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:
- а) с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
 - б) с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.
23. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
24. Маленькие «голубцы» лицом к станку.
25. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением.

Третий (продвинутый) уровень

Основная. Экзерсис у станка и на середине

Упражнения у станка

1. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4- й и 5-й открытым и прямым позициям.
2. Скольжение стопой по полу (battements tendus):
 - а) с поворотом ноги положение в сторону,
 - б) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием,
 - в) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
3. Полуприседания на опорной ноге на 90° (battements fondus):
 - а) на всей стопе,
 - б) с подниманием на полупальцы,
 - в) с наклоном корпуса в координации с движением рук.
4. Подготовка к «веревочке»: а) в открытом положении,
 - б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
5. Развертывание ноги (battements developpés) на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
 - а) плавное,
 - б) резкое в координации с движением руки.
6. «Чечетка» (flic-flac) с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:
 - а) в прямом положении,
 - б) в открытом положении вперед, в сторону и назад.
7. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):
 - а) в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой,
 - б) в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
8. Большие броски (grand battements) полукруговым на всей стопе:
 - а) с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balancoirs). «Голубец»:
 - а) в сторону на 45° в прямом положении лицом к станку,
 - б) в сторону на 90° в прямом положении лицом к станку.

IV. Русский танец

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Русский танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание рисунка Русского танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды русского танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять русские танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов русских танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении русского танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст русских танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений русского танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;
- применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

Примерная программа выпускного экзамена в 5 и 7 классе

Третий (продвинутый) уровень

Объект оценивания: исполнение комбинаций у станка, на середине зала, исполнение этюдов, составленных из движений и элементов танцев разных народов в соответствии с правилами и национальными особенностями исполнения.

Предмет оценивания:

- знание порядка движений в комбинациях и их точное исполнение;
- техника исполнений движений в комбинациях и комбинаций в целом;
- знание методики исполнения движений и умение применять эти знания на практике;

- осмысленность исполнения движений, комбинаций, этюдов;
- синхронность исполнения;
- музыкальность исполнения движений, комбинаций, этюдов;
- выразительность исполнения;
- умение передать национальный характер и манеру исполнения.

Форма проведения итогового экзамена по русскому танцу:

- экзамен проводится в форме класс-концерта;
- структура экзамена:
 - а). Экзерсис у станка;
 - б). Экзерсис на середине зала;
 - в). Исполнение этюдов;
- во время экзамена учащиеся исполняют заранее подготовленные преподавателем и проученные учащимися комбинации и подготовленные комбинации на середине зала (этюды).
- комбинации (этюды) составляются преподавателем из движений, указанных в перечне составляющих движений (элементов) для сдачи выпускного экзамена в национальном характере русского танца, в соответствии с указанным перечнем.
- Порядок исполнения комбинаций в экзерсисах должен соответствовать традиционным требованиям построения экзерсисов русского танца.

Перечень основных составляющих элементов для сдачи выпускного экзамена ЭКЗЕРСИС У СТАНКА и НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА:

1. Полуприседания и полное приседание
2. Приседания с растяжкой.
3. Упражнения с напряженной стопой.
4. Маленькие броски.
5. Полуприседания на опорной ноге на 45° и 90°.
6. Круговые движения ногой по полу и по воздуху (ронд де жамб) с сухим соскоком на опорной ноге в момент разворота в невыворотное и выворотное положение при исполнении ронд де жамб на 45 градусов.
- г) с поворотом в прыжке и опусканием на колено.
7. «Веер» дубль-флик по полу с работой пятки опорной ноги.
9. «Веер» по воздуху со скачком на опорной ноге.
8. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка».
9. Большие броски (гранд батман):
 - а) с растяжкой;
 - б) с опусканием на колено;
 - в) сквозные броски (балансе);
10. Развертывание ноги на 90 градусов.
11. Большие броски.

Осмысленное и методически грамотное исполнения элементов и движений. Учащийся должен быстро воспроизводить показанное преподавателем движение или комбинацию. На экзамене по русскому танцу преподавателю необходимо усложнять комбинации за счет:

- активной работы опорной ноги
- перехода с опорной ноги на рабочую
- переход из выворотного положения ног в прямую позицию
- активную работу корпуса

ЭТЮДЫ:

На середине зала преподавателю необходимо использовать:

1. Русский народный танец. Использование развернутых этюдов на основе изученных и накопленных движений и комбинаций.

ВРАЩЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Вращения, основанные на изучение русского танца. Вращения могут исполнять на середине зала, на месте, в продвижении, по диагонали или по кругу. Форма исполнения элементов подбирается индивидуально преподавателем.

Гимнастика

Оценка качества освоения учебного предмета «Гимнастика» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года обучения. В качестве средств текущего контроля успеваемости могут использоваться контрольные уроки, опросы, просмотры.

По завершении изучения предмета «Гимнастика» по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Гимнастика», и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание анатомического строения тела;
- знание приемов правильного дыхания;
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и в пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координаций движений.

Примерные программы итоговой аттестации

Упражнения для 2 класса первый (стартовый) уровень

1. Упражнения для стоп

1. Шаги: а) на всей стопе; б) на полупальцах.
2. Releve - выполняется у станка, на полупальцах в VI позиции ног.
3. Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции.
4. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции.

2. Упражнения на выворотность

1. Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в I.
2. «Лягушка»: а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

3. Упражнения на гибкость вперед

1. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы.
2. «Складочка» по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются.
3. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах).
4. Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

4. Развитие гибкости назад

1. Лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз- «поза сфинкса».
2. Лежа на животе, port de bras на вытянутых руках.
3. «Колечко» с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы.
4. Стоя на коленях, скручивание корпуса с наклоном вправо назад, правой рукой коснуться левой пятки, и упершись в нее, подать бедра сильно вперед.

5. Силовые упражнения для мышц живота

1. Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз.
2. «Уголок» из положения - сидя, колени подтянуть к груди. 3. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины

1. «Самолет», из положения - лежа на животе, одновременно подъем и опускание ног и туловища.
2. «Лодочка». Перекаты на животе вперед и обратно.
3. Отжимание от пола (упражнение для мальчиков за счет упражнения №4).
4. «Обезьянка», стоя по VI позиции, поднять руки вверх, наклониться вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение – упор, лежа на животе. Затем, движение проделать в обратном порядке до исходного положения.

7. Упражнения на развитие шага

1. Лежа на полу, battements releve lent на 90° по 1 позиции вперед.
2. Лежа на полу, grand battement jete по 1 позиции вперед.
3. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в 1 позицию вверх.
4. Шпагаты: прямой, на правую, на левую ноги.
5. Сидя на прямом «полушпагате», повернуть туловище вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука отведена за спину.
6. Сидя на прямом «полушпагате», наклонить туловище боком вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука на левом бедре.

7. Упражнения для выработки aplomba

1. Положить на голову легкий шарик, поднимаясь на полупальцы и опускаясь на всю стопу, следить за тем, чтобы шарик не смещался. Руки на поясе.
2. Ходьба «по линеечке» на всей стопе и на полупальцах.

9. Прыжки

1. Temps sauté по VI позиции.
2. Подскоки на месте и с продвижением.
3. На месте перескоки с ноги на ногу.
4. «Пингвинчики», прыжки по 1 позиции с сокращенными стопами.