

I. Программы учебных предметов дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» построены с учетом практической направленности, поэтому основными формами проведения занятий являются практические занятия.

Практические занятия воспитывают у обучающихся знания и навыки, необходимые для исполнения задания в их законченной профессиональной форме, следуя методическим принципам каждого учебного предмета.

Технологические процессы, предусмотренные для изучения программ учебных дисциплин, включают:

- теоретическое объяснение и практический показ преподавателя;

- выполнение учебных заданий обучающихся для освоения техники исполнения движений.

Закрепление практического и теоретического материала осуществляется в форме практического показа на контрольных уроках, экзаменах в период промежуточной аттестации.

Но в связи с санитарно-эпидемиологической обстановкой, в условиях дистанционного обучения, практические занятия, текущий контроль и промежуточная аттестация (переводные экзамены, контрольные уроки) требуют введения изменений и уточнений.

Срок проведения дистанционных занятий: с 06.04.2020 г. до особого распоряжения Губернатора Кемеровской области – Кузбасса.

Срок проведения промежуточной аттестации обучающихся: с 12.05.2020 по 15.05.2020 г.

Рекомендовано: для обучающихся 1, 2, 3 класса Детской школы искусств.

Учебные предметы:

- «Гимнастика»;

- «Классический танец»;

- «Джазовый танец»;

- «Акробатика»;

- «Подготовка концертных номеров».

**II. Учебные предметы «Классический танец», «Акробатика», «Подготовка концертных номеров».**

Данные предметы имеют особые трудности в изучении, такие как:

- наличие танцевального класса;

- групповая форма обучения;

- использование специального оборудования;

- обязательный строгий контроль преподавателя (качество исполнения заданий, техника безопасности, охрана здоровья обучающегося);

- наличие сценической площадки (концертная, конкурсная деятельность).

 В связи с этим, по данным учебным дисциплинам рекомендовано аттестовать обучающихся за 2 полугодие 2019-2020 уч. г. по текущим оценкам (за период проведенных практических занятий), с учетом участия в концертах и конкурсах.

Новый учебный материал по данным предметам перенести на 1 полугодие 2020-2021 уч. г.

**III. Учебные предметы «Гимнастика», «Джазовый танец».**

Данные предметы перевести на дистанционное обучение в режиме онлайн связи преподавателя с обучающимися (под контролем родителей) в форме индивидуальных и мелкогрупповых занятий (по выбору преподавателя).

В этом виде обучения обязательно должны быть учтены бытовые условия, индивидуальный график (время проведения занятий) обучающихся.

В соответствии с учебным планом, расписанием занятий преподаватель задает и контролирует комплекс упражнений, движений по данным дисциплинам. Текущий контроль производится преподавателем в виде аудио и видеосвязи, видеоотчетов.

Оценка за промежуточную аттестацию для перевода в следующий класс должна включает в себя годовую оценку, состоящую из текущих оценок за период обучения до 15.03.20 г. и период дистанционного обучения, оценку за выполненный комплекс упражнений.

**IV. Рекомендуемый перечень заданий.**

**1. «Гимнастика» для 1 класса**

Перед выполнением комплекса необходимо выполнить разминку:

1. Суставная гимнастика:
2. Наклоны головы вперед-назад, влево-вправо: 8 раз.
3. Вращение плечами вперед 8 раз и назад 8 раз.
4. Наклоны корпуса вперед, назад, вправо влево: 4 раза в каждое направление. \*Следить, чтобы бедра находились в одном положении, не наклонялись, не двигались из стороны в сторону
5. Поднимание согнутого колена до груди: 4 раза правой ногой, 4 раза левой
6. Вращения в голеностопном суставе влево и вправо 8 раз.

Разогрев – упражнения выполняются по очереди друг за другом 3 раза подряд, без отдыха.

Каждое упражнение выполнять 12-15 раз, либо 20 секунд.

1. Бег на месте, стопы касаются таза
2. «Джампинг-джек» - ноги вместе, руки вдоль корпуса, затем ноги открываются на ширину плеч, руки поднимаются вверх, смена происходит прыжком
3. Прыжки на месте, ноги вытягиваются в воздухе
4. Планка на руках
5. Планка, ноги работают вместе/врозь

**Комплекс упражнений промежуточной аттестации:**

1. «Складочка» сидя на полу, наклон вперед, с руками, вытянутыми вверх.

Техника исполнения: необходимо выполнить максимально низкий наклон, сохраняя ровность спины и натянутость стоп.

2. Удержание прямой ноги сидя без помощи рук

Техника исполнения: оставить спину ровной, руки во второй позиции, рабочая нога должна подняться на максимальную высоту, сохраняя натянутость обеих ног и зафиксировать положение на 8 счетов

3. Наклоны в стороны и вперед, на широко открытых ногах в стороны

Техника исполнения: выполнить наклон в сторону, с ровной спиной и коснуться головой ноги, затем выполнить в другую сторону, и вперед, при этом мизинцы стопы должны касаться пола, а колени и стопы полностью вытянуты

4. Броски ногами, лежа на спине и на боку

Техника исполнения: выполнить бросок натянутой ноги вперед 8 раз, при этом бедра должны быть прижаты к полу, а колени и стопы сохраняют натянутое положение, бросок выполняется как можно выше

Лежа на боку, бросок совершается за плечо, при этом поясница остается ровной и бедро прижимается к полу

5. «Разножка» лежа на спине

Техника исполнения: ноги подняты на 90 градусов, колени и стопы вытянуты, резким движением нужно открыть ноги в стороны, а затем вернуть в исходное положение. Повторить 8 раз.

6. «Переход» через шпагат

Техника исполнения: сидя, ноги вытянуты перед собой, спина прямая, раскрыть ноги максимально широко, приподнимаясь на руках, довести ноги до поперечного шпагата, через нажим таза вниз, соединить ноги сзади

Повторить в обратном направлении 8 раз

7. Показать шпагат с правой, левой ноги и поперечный шпагаты

8. Прогиб из положения лежа для развития поясничного и грудного отдела позвоночника

Техника исполнения: Лежа на животе, ноги соединены вместе, пятки касаются друг друга, таз прижаты к полу, движение начинается от макушки, она вытягивается вперед, затем вверх, далее идут плечи, отрывается живот, но не бедра! Опора на руки, лопатки собраны вместе. Прогиб происходит в грудном и поясничном отделах позвоночника. Прогибаемся с ощущением, что плечи хотят коснуться бедер ниже таза.

Фиксируем положение 5-10 секунд, повторить 8 раз

9. «Корзиночка»

Техника исполнения: лежа на животе, руки держат согнутые ноги за щиколотки, одновременно отрываем ноги и корпус от пола, стараемся держать ноги максимально близко друг к другу, при этом вытягивая их точно вверх, важно лежать только на животе, не перекатываясь на переднюю часть бедра и не касаться грудью пола

Фиксировать положение 5-10 секунд, повторить 8 раз

10. «Лодочка»

Техника исполнения: лежа на животе, ноги соединены вместе, вытянутые руки собраны в замок за головой, голова должна быть «спрятана» руками, при движении она не поднимается вверх. Одновременно оторвать руки и ноги максимально высоко, сохраняя вытянутое положение. Зафиксировать положение на 2-3 секунды и опуститься вниз

Повторить 8-10 раз

11. Мостик с положения стоя/лежа

12. Прыжок «Разножка»

13. Колесо (выполнять со страховкой)

**2. «Джазовый танец» для 2 класса**

Импровизация с использованием проученных элементов, движений, шагов, прыжков, вращений джазового танца, а также элементов акробатики.

**3. «Джазовый танец» для 3 класса**

Импровизация с использованием проученных движений, элементов, шагов, прыжков, вращений джазового танца, а также элементов акробатики.

**V. Критерии оценок текущего контроля и промежуточной аттестации**

|  |  |
| --- | --- |
| Оценка | Критерии оценивания выступления |
| 5 («отлично») | технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения |
| 4 («хорошо») | отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном) |
| 3 («удовлетворительно») | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д. |
| 2 («неудовлетворительно») | комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета |
| «зачет» (без отметки) | отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения. |

**VI. Состав комиссии.**

Для проведения промежуточной аттестации обучающихся формируется комиссия в составе преподавателя ДШИ, куратора ДШИ и председателя ПЦК «Хореографическое творчество» колледжа. Членам комиссии предоставляются видеофайлы с записью заданий обучающихся.

Итоговая оценка выводится как средняя по итогам годовой оценки и оценки за выполненные задания.