Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ**

**«Пальцевая техника» (Пуанты)**

Составитель: Тураева Елена Михайловна

педагог дополнительного образования

по хореографии высшей

квалификационной категории

г. Елабуга, 2019 год.

# Пояснительная записка

В настоящее время наблюдается повышенный интерес к проблеме одарённости, выявления, обучения, развития и психолого-педагогического сопровождения одарённых детей. Проблема построения эффективной системы обучения, развития и психолого-педагогического сопровождения одарённых детей актуальна для любого общества. Эти дети способны в будущем обеспечить прогрессивное развитие общества в области науки, искусства, техники, в социальной сфере. Поддержка, развитие и социализация одарённых детей, несомненно, становится одной из приоритетных задач образования. Процесс выявления, обучения и воспитания одарённых детей составляет задачу совершенствования системы образования

Для развития творческой одаренности детей в хореографическом коллективе «Карамель» применяются следующие педагогические технологии:

- диагностические технологии: просмотр учащихся на предмет выявления их двигательной активности, пластической выразительности, музыкального и ритмического слуха, исполнение творческого задания;

-технология художественного восприятия и отношения/поэтизации действия. Они включают в себя совокупность приемов, которые через приобщение к формам художественного опыта человеческой культуры, осуществляют поэтапный переход исполнителя от бытового восприятия к художественному осмыслению танцевальных движений;

-технологии раскрепощения и снятия зажимов включают в себя комплексы упражнений и этюдов по преодолению психологических и физических препятствий для свободного осуществления разнообразной сценической деятельности;

-технологии создания художественного образа. Фантазирование виртуальной реальности сценического действия имеет, как правило, не внешние, а внутренние ограничения. Образ - это чувственно воспринимаемая целостность произведения, определяющая пространство, время, структуру, взаимоотношения элементов единого художественного произведения, его атмосферу.

Важным элементом в обучении детей является контроль и мониторинг. Основными видами контроля являются: текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация. Текущий контроль успеваемости обучающихся направлен на поддержание учебной мотивации и интереса, выявление отношений обучающегося к изучаемому предмету, повышение уровня освоения программных требований. Промежуточная аттестация определяет уровень практической подготовки обучающегося и усвоение им образовательной программы объединения на определенном этапе обучения. Показателями качества обучения образования являются:

- уровень познавательной мотивации образовательной деятельности обучающихся (измеряется результатами промежуточной и итоговой аттестации);

- активность участия в конкурсах, фестивалях различного уровня;

- положительная динамика достижений обучающегося в соответствии с его способностями и познавательными интересами: положительная динамика показателей количества победителей и призѐров в различных конкурсах, фестивалях в объединениях.

В дополнительном образовании работа с одаренными детьми может осуществляться с помощью индивидуального образовательного маршрута обучения.

Индивидуальный образовательный маршрут определяется образовательными потребностями, индивидуальными особенностями и возможностями обучающегося, а также содержанием образования. «Пальцевая техника» входит в вариативную часть дополнительной общеобразовательной программы «Современный танец и основы хореографии»

«Пальцевая техника» является составной частью предмета «Классический танец» и направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения классического танца. Содержание учебного предмета «Пальцевая техника» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров». Учебный предмет «Пальцевая техника» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры. На занятиях классического танца, составной частью которых является «Пальцевая техника» осуществляется профессиональная постановка, укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащихся, воспитание чувства позы и музыкальности. Программа организует работу преподавателя, устанавливает содержание, объем знаний и навыков, которые должны усвоить учащиеся в течение каждого года обучения. В ней поэтапно, с возрастающей степенью трудности, изложены элементы экзерсиса, разделов adajio, allegro, пальцевой техники. Освоение данной программы способствует формирова­нию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллектив­ного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фанта­зии, раскрытию индивидуальности.

# Индивидуальный образовательный маршрут

Индивидуальный образовательный маршрут разработан для солисток хореографического коллектива «Карамель» Толоконниковой Дарьи, Лизогуб Екатерины и Мельниковой Екатерины. Возраст 8-10 лет. Владеют основами классического танца. Срок реализации маршрута – 3 года.

**Цель:** развитие имеющихся физических данных учащихся для предпрофессиональной подготовки в области хореографии.

**Задачи:**

* знание балетной терминологии;
* умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, со­хранять рисунок танца;
* развитие детской эмоциональной сферы, воспитание музыкального, эстетического вкуса, интереса и любви к танцу и классической музыке, желания слушать и исполнять ее;
* укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
* воспитание чувства позы и музыкальности как первоосновы исполнительского мастерства, без которой невозможно самоопределение в выбранном виде искусства;
* развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера, трудолюбия, настойчивости, упорства, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения.

С целью выявления физических данных в области хореографии учащиеся прошли следующий тест.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Критерии** | **Способы, формы определения результата** | Оптимальный уровень в баллах (3балла) |
| 1. | Выворотность в стопе | Выполнить 1,4,5 позиции ног, battement tendu.  При выполнении позиций все пальцы должны плотно прилегать к полу. | 3.балла - имеет природную выворотность ног  2.балла - легко стоит в 1 полувыворотной позиции  1.балл- не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции |
| 2. | Выворотность в колене | Выполнить demi plie Grand plie. |  |
| 3. | Выворотность в бедре | Выполнить demi plie Grandplie, rond de jambe parterree, «лягушка» лежа на спине и животе. |  |
| 4. | Подъем стопы | Вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой | 3.балла - подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму  2.балла - может натянуть стопу  1.балл - слабая стопа |
| 5. | Танцевальный шаг | Выполнить relevelent во всех направлениях с удержанием ноги на максимальной высоте. | 3.балла- балетный шаг выше 90 градусов  2.балла -балетный шаг 70 – 80 градусов  1.балл- балетный шаг ниже 70 градусов |
| 6. | Гибкость корпуса | Выполнить перегибы корпуса во все направления. | 3.балла - верхняя часть корпуса перегибается легко и свободно, с устойчивым равновесием в нижней части корпуса.  2.балла - верхняя часть корпуса перегибается с усилиями с устойчивым равновесием в нижней части корпуса.  1.балл - верхняя часть корпуса перегибается с усилиями с не устойчивым равновесием в нижней части корпуса. |
| 7. | Прыжок | Выполнение прыжков на 2 ногах на максимальную высоту | 3.балла - легкий, высокий прыжок с вытягиванием корпуса и коленей в воздухе, полное опускание пяток на пол при приземлении, отталкивание  2.балла - прыжок с приземлением на пол с опусканием пяток  1.балл- прыжок низкий с приземлением на всю стопу |

**Форма проведения учебных занятий:**

Основными формами организации образовательного процесса являются:

1.Индивидуальные занятия проводятся для удовлетворения познавательного интереса с отдельным обучающимся, на которых решаются задачи повышенной трудности, которые выходят за рамки дополнительной образовательной программы, даются рекомендации по самостоятельному освоению интересующих тем (по 45 минут два раза в неделю).

2.Постановка сольных танцевальных номеров.

3.Выступления активизируют познавательную и творческую деятельность обучающихся, способствуют повышению уровня восприятия, вызывая всплеск эмоций. Выявляют уровень подготовки учащегося, дают направления для дальнейшего развития.

**План работы по реализации индивидуального маршрута**

# 1 год обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Месяц | Содержание программы | Мониторинг, формы отслеживания |
| 1. | Сентябрь  Октябрь | Экзерсис у станка:  1.Demi-plies по I и II поз.  2.Battements tendus в сторону  3.Battements tendus jetes в сторону  4.Rond de jambe par terre en dehors и en dedans  5.Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans  6. Battements developpes в сторону  7. Passé со всех направлений  8. 1-е port de bras  9. Releves на полупальцах по I позиции | Педагогическое наблюдение |
| 2. | Ноябрь  Декабрь | На середине зала:  1. Demi-plies по I, II и V поз.  2. Grand-plie по I и II поз. en face  3. 2-е port de bras  4. Battements tendus:  с demi-plies в V позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;  doubie (двойное опускание пятки ) во II поз.  passé par terre  5. Battements tendus jetes из I поз. в сторону  6. Rond de jambe par terre en dehors и en dedan  7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans  8.Battements releves lents  9. Grand battements jetes  10. Releves на полупальцы | Контрольное тестирование  Приложение №1 |
| 3. | Январь  Февраль | Экзерсис у станка:  1. Demi-plies по I, II и V поз.  2. Grand-plie по I и II поз.  3. Battements tendus :  с demi-plies в V позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;  doubie (двойное опускание пятки ) во II поз.  4. Battements tendus jetes в сторону  5. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plies  6. Battements fondus на 45  7. Battements developpes в сторону  8. Grand battements jetes в сторону  9. Releves на полупальцы в V и IV поз. | Педагогическое наблюдение |
| 4. | Март  Апрель | Экзерсис на пальцах  Лицом к станку:  1.Releves по I, II и V позициям  2. Pas echappe из Vпозиции во II позицию.  3. Pas assemble soutenu en face с открыванием ноги в сторону .  4. Pas de bourree suivi по V позиции на месте и с продвижением в сторону  5. Pas de bourree с переменой ног en dehors и en dedans  На середине зала  1.Pas couru в перед и назад  2. Pas de bourree suivi на месте, с продвижением в сторону и en tournant. | Контрольное занятие |
| 5. | Май | Постановка классического номера «Ак кошлар» | Выступление на отчетном концерте |

# 2 год обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Месяц | Содержание программы | Мониторинг, формы отслеживания |
| 1. | Сентябрь  Октябрь | Экзерсис у станка:  1.Demi-plies по всем позициям.  2.Grand-plie по всем позициям.  3.Battements tendus по всем направлениям  4.Battements tendus jetes по всем направлениям  5. Battements tendus jetes piques во всех направлениях  6.Rond de jambe par terre en dehors и en dedans  7.Battements fondus на 45 во всех направлениях  8. 3-е port de bras  9. Releves на полупальцах по I позиции | Контрольное тестирование  Приложение №2 |
| 2. | Ноябрь  Декабрь | На середине зала:  1. Demi-plies по I, II и V поз.  2. Grand-plie по I и II поз. en face  3. 2-е port de bras  4. Battements tendus:  с demi-plies в V позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;  doubie (двойное опускание пятки ) во II поз.  passé par terre  5. Battements tendus jetes из I поз. в сторону  6. Rond de jambe par terre en dehors и en dedan  7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans  8.Battements releves lents  9. Grand battements jetes  10. Releves на полупальцы  Экзерсис на пальцах  Лицом к станку:  1.Releves по I, II и V позициям  2. Pas echappe из Vпозиции во II позицию.  3. Pas assemble soutenu en face с открыванием ноги в сторону .  4. Pas de bourree suivi по V позиции на месте и с продвижением в сторону  5. Pas de bourree с переменой ног en dehors и en dedans  На середине зала  1.Pas couru в перед и назад  2. Pas de bourree suivi на месте, с продвижением в сторону и en tournant. | Контрольное занятие |
| 3. | Январь  Февраль | Экзерсис у станка:  1.Demi-plies по всем позициям.  2.Grand-plie по всем позициям.  3.Battements tendus по всем направлениям  4.Battements tendus jetes по всем направлениям  5. Battements tendus jetes piques во всех направлениях  6.Rond de jambe par terre en dehors и en dedans  7.Battements fondus на 45 во всех направлениях  8. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол  9. Battements frappes на 30 во всех направлениях  7. Battements developpes:  В перед,в сторону, назад  Passé со всех направлениях  8. Grand battements jetes во всех направлениях | Участие в региональном конкурсе сольных исполнителей «Жемчужина» |
| 4. | Март  Апрель  Май | На середине зала:  1.Положение epaulement croisee и efface  2. Позы: croisee, efface в перед и назад ; I,II иIII arabesques носком в пол .  3. Demi-plies по IV и V поз. en face и epaulement  4. Battements tendus  5. Battements tendus jetes из I и Vпоз. Во всех направлениях.  6. Rond de jambe par terre en dehors и en dedan  7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans  8.Battements soutenus во всех направлениях носком в пол  9. Grand battements jetes  10. Pas de bourree  11. Releves на полупальцах IVпозиции с вытянутых ног и с demi-plies | Участие в отчетном концерте  Контрольное занятие |

# 3 год обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Месяц | Содержание программы | Мониторинг, формы отслеживания |
| 1. | Сентябрь  Октябрь | Экзерсис у станка  1. Demi-plies .  2. Grand-plies .  3. Battements tendus:  с demi-plie в IV позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;  double (двойное опускание пятки) во II позицию.  4. Battements tendus jetes piques во всех направлениях.  5. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plie.  6. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.  7. Battements fondus на 45° во всех направлениях.  8. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол.  9. Battements frappes на 30° во всех направлениях.  10. Battements doubles frappes во всех направлениях носком в пол.  11. Rond de jambe en l’ air en dehors и en dedans.  12. Petits battements sur le cou-de-pied.  13. Battements developpes:  вперед, в сторону, назад;  рassé со всех направлений.  14. Grands battements jetes pointes во всех направлениях.  15. 3-е port de bras.  16. Releves на полупальцы | Контрольное тестирование |
| 2. | Ноябрь  Декабрь | Середина зала  1. Положение epaulement croisee и effacee.  2. Позы: croisee, effacee вперед и назад; I, II и III arabesques носком в пол.  3. Demi-plies в IV и V позициях en face и epaulement.  4. Grand-plies в I, II позициях en face; в V позиции en face и epaulement crоiseе.  5. 2-е port de bras.  6. Battements tendus:  в позах crоiseе effacee;  с опусканием пятки во II позицию и с demi plie во II позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;  passe par terre;  с demi plie в V позиции во всех направлениях и позах.  7. Battements tendus jetes:  из I и V позиций во всех направлениях;  piques в сторону, вперёд и назад.  8. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.  9. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.  10. Battements fondus во всех направлениях носком в пол и на 45о.  11. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол.  12. Battements frappes во всех направлениях носком в пол и на 30°.  13. Battements releves lents на 90° во всех направлениях.  14. Grands battements jetes на 90° во всех направлениях.  15. Pas de bourree с переменой ног en face и окончанием в epaulement.  16. Releves на полупальцы в IV позиции с вытянутых ног и с demi-plie.  17. Temps lie par terre вперед и назад. | Контрольное занятие |
| 3. | Январь  Февраль | Allegro  Pas assemble с открыванием ноги в сторону.  Sissonne simple en face и в позах.  Sissonne fermeе в сторону.  Petit pas chasse во всех направлениях en face и в позах.  Pas balance в позах. | Участие в конкурсах регионального и республиканского уровня |
| 4. | Март  Апрель | Экзерсис на пальцах:  1.Releve по I, II и Vпозиции en face и маленьких позах croisee и effacee.  2.Pas assemble soutenu с открыванием ноги в сторону, вперед и назад en face.  3.Pas echappe по II позиции с окончанием на одну ногу, другая нога в положении sur le cou-de-pied.  4.Pas echappe.  5.Pas de bourree с переменой ног en face и с окончанием в epaulement.  6.Pas glissade с продвижением вперёд, в сторону и назад.  7.Pas de bourree suivi во всех направлениях, в маленьких и больших позах.  8.Sisonne simple en face. | Контрольное занятие |
| 5. | Май | Постановка сольного номера | Участие в отчетном концерте |

# Заключение

Таким образом, я считаю, что развитию имеющихся физических данных учащихся будут способствовать следующие занятия и мероприятия:

1.Занятия классическим танцем как у станка так и на середине класса 2.Контрольные занятия и тестирования

3. Участие в региональных, республиканских и др. конкурсах

4. Участие на различных мероприятиях и семинарах, отчетных концертах.

Уникальность каждого учащегося будет подкрепляться индивидуальными (подобранными для его показателей) упражнениями и заданиями. Для предпрофессиональной подготовки в области хореографии служат участие в конкурсах с сольными номерами, посещение занятий в Елабужском колледже культуры и искусств, обучение на мастер-классах и семинарах по данному на правлению.

Представленный индивидуальный образовательный маршрут ориентирован на выявление и развитие интеллектуально-творческого потенциала учащихся и создание условий для самовыражения и самореализации учащихся через овладение пальцевой техникой.

# 

# Литература

1. Бражник А.Л. «Эффективные методики растяжки». – Харьков: ФЛП Дудукчан И.М., 2009 – 152 с.
2. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия: избранные труды. – М. – Воронеж, 2003. – 464 с.
3. Цацулин П., «Растяжка расслаблением. Супергибкость». – М.: Астрель: АСТ; Владимир: ВКТ, 2010-142с.
4. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
5. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
6. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010

**Приложение№1**

Тест с карточками

1.Одно из главных выразительных средств балетного искусства, это:

а )хип-хоп

б) классический танец

в) брейк данс

2.Сколько позиций ног в классическом танце?

а) 5

б) 7

в) 6

3.В переводе с французского языка означает «Большой».

а )Шажман

б) Адажио

в) Гранд

3.Нога, на которую перенесен центр тяжести корпуса танцовщика?

а)опорная нога

б )рабочая нога

в) свободная нога

4.Приспособление для упражнений танцовщиков, это:

а) стул

б) станок

в )стена

5.Сколько позиций рук в классическом танце?

а) 3

б) 4

в) 6

6.Положение одной или двух стоп на полу, при котором пятки подняты, называется:

а )пуанте

б) батман тандю

в) полупальцы

7.Движения, «танец» рук:

а) ронд-де-жамб

б )порт-де-бра

в) фондю

8. Нога, освобожденная от тяжести тела и выполняющая движения:

а )опорная нога

б )рабочая нога

в) свободная нога

9.Медленное приседание, сгибание ног:

а) релеве лян

б) жете

в) плие

**Приложение№2**

1. Сюита в переводе с французского языка означает:

а)танец

б) сольная песня

в) ряд, последовательность

2. У М.И.Глинки есть симфоническое произведение:

а) Камаринская

б) Барыня

в) Веселая кадриль

3.Танцевальная старинная французская сюита появилась:

а) В XVI в.

б) В XX в.

в)В XIX в.

4.Па де де это:

а) танец одного исполнителя

б) танец двух исполнителей

в) танец трех исполнителей

5.Сколько поз арабеска в классическом танце:

а) 2

б) 3

в) 4

6. Что означает положение тела танцора «ан фас»:

а)прямо

б) в полоборота

в) боком

7.От чего зависит ритмический рисунок и темп танца:

а) от инструментов, которые звучат в мелодии

б) от названия мелодии

в) от характера музыки

8.Что такое ронд – де – жамб партер:

а) имя

б) прыжок

в) круг носком по полу

9.Как называются люди, которые танцуют на заднем плане:

а) прикрытие

б) задние

в) подтанцовка.

10. Что такое фондю:

а) французское блюдо

б) прикладывание рабочей ноги в определенное положение вместе с приседанием на опорной ноге

в) вращение на полу