

***Отслеживание результатов образовательной деятельности.***

Проверка освоения программы осуществляется в форме практической работы (выступления на творческих отчётах коллектива, концертах, фестивалях, конкурсах). Каждое выступление — это срез знаний учащихся, отчёт о проделанной работе. Успех выступления во многом зависит от исполнительского уровня и уровня развития сознательной дисциплины участников коллектива. Участие в фестивалях и конкурсах благоприятно сказывается на дальнейшем росте профессионального мастерства, на повышении конечных результатов деятельности объединения.

Знания, умения и навыки учащихся проверяются в ходе аттестации – в середине и в конце учебного года. Целью аттестации является контроль и проверка знаний, умений и навыков, учащихся на различных ступенях учебного процесса.

Текущий контроль успеваемости, т.е. промежуточная проверка знаний, умений и навыков, осуществляется в течение всего учебного года (проверка знаний терминологии) и творческого показа.

Контрольное занятие проводится в виде творческого просмотра и содержит в себе проверку знаний методики современного танца, а также умения выразительно исполнять учебные комбинации, так же оценка результатов осуществляется на открытых занятиях, выступлениях перед родителями, на концертах, фестивалях, конкурсах, городских областных и т.д. По мере роста исполнительского мастерства и овладения в достаточной степени пройденными танцами, проводятся показательные выступления группы.

**Тесты практических умений и навыков учащихся во время итоговых аттестации по окончании 1-4 учебного года**

**Тест, определяющие хореографические возможности учащихся**

Тесты можно использовать для учащихся среднего и старшего возраста, чтобы определить насколько повысился уровень их подготовки.

***1. Тест, позволяющий оценить подвижность шейного отдела позвоночника.***

1. Наклонить голову вперёд. Подбородок должен коснуться груди.
2. Наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад.
3. Наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого.
4. Повернуть голову в сторону. Взгляд должен быть обращён точно в сторону.

***2. Тест, определяющий эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевого сустава.***

1. Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.

2. Встать спиной к стене на расстоянии длины стопы, руки в стороны ладонями вперёд. Коснуться пальцами стены, не отклоняя туловище от вертикали.
3. Встать спиной к стулу и взяться руками за его спинку хватом сверху (большие пальцы располагаются с наружной стороны). Слегка отставив вперёд одну ногу и присесть как можно ниже, не отрывая руки от спинки стула и не отклоняя туловище от вертикали. Линии рук и туловища должны образовать прямой угол.
4. Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснуться пальцами одной руки пальцев другой. То же, поменяв положения рук.

***3. Тест, позволяющий оценить подвижность локтевого сустава и эластичность мышц плеча и предплечья.***

1. Встать перед зеркалом и вытянуть руки в стороны. В норме предплечье должно составить с плечом прямую линию.
2. Положить на стол руки, согнутые в локтевом суставе на  $90^\circ$ . При повороте внутрь кисть должна касаться ладонью стола, а при повороте – тыльной поверхностью.

***4. Тест для оценки подвижности лучезапястного сустава, эластичности мышц кисти и предплечья.***

1. Вытянуть руки вперёд и опустить кисти вниз – ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
2. Встать лицом к столу, поставить на него руки пальцами вперед, выпрямив локти и пальцы. Предплечье должно быть перпендикулярно тыльной стороне ладони.
3. Положить ладони на стол пальцами вперёд и подвинуть их как можно дальше в сторону мизинцев, не отрывая от стола и не сгибая. Основание указательного пальца должно оказаться на одной линии с локтевым краем предплечья.

***5. Тест для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.***

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью стопы и голенью составляет  $45-55^\circ$ .
2. Встать лицом к спинке стула и опереться на неё руками. Отставить выпрямленную ногу от пола. Носки и колени направлены строго вперёд. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять  $50-60^\circ$ .
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

***6. Тест для оценки гибкости позвоночника.***

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперёд, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.

2. Лёжа на животе с закреплёнными стопами, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 сантиметров.
3. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 сантиметров друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
4. Сесть на стул лицом к его спинке и упереться руками в колени разведённых ног, не меняя положение таза и ног, повернуть голову назад. Ученик должен увидеть поднятые над головой руки партнёра, стоящего на расстоянии двух метров позади него.

№п/ п	Ф.И. учащегося	Раздел программы Тесты:							
		1	2	3	4	5	6	Замечания и рекомендации	Оценка по 5-ти бальной системе

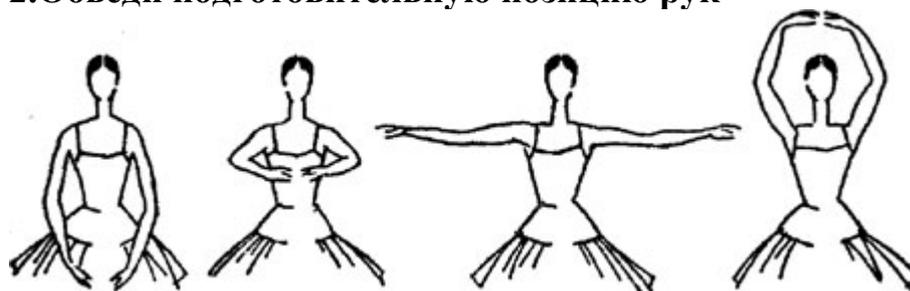
### Контрольные вопросы

Для учащихся 1-го года обучения

**1. Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп.**

- А) 1
- Б) 3
- В) 6

**2. Обведи подготовительную позицию рук**



**3. Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом “приседание”.**

- А) Plie (Плие)
- Б) Battement tendu (Батман тандю)
- В) Arabesques (Арабеск)

**4. От чего зависит ритмический рисунок и темп танца**

- А) От характера музыки
- Б) От инструментов, которые звучат в мелодии.
- В) От названия мелодии

**Контрольные вопросы  
для 2 го года обучения**

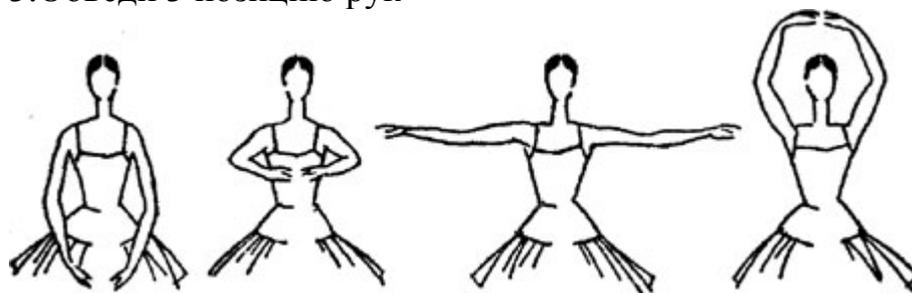
**1. Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.**

- А) 2
- Б) 5
- В) 6

**2. Физические упражнения, направленные на развитие эластичности всех мышц, связок и суставов.**

- А) Вращения
- Б) Прыжки
- В) Растяжка

**3. Обведи 3 позицию рук**



**4. Из чего складывается танец (подчеркни нужное)**  
музыка, ритм, характер, настроение, движения, костюм

**Контрольные вопросы  
для 3 го года обучения**

**1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:**

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

**2. Обувь балерины?**

- а) балетки;
- б) джазовки;
- в) пуанты.

**3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?**

- а) полуприседание;
- б) приседание;
- в) полное приседание.

**4. Международный день танца?**

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

**5. Сколько точек направления в танцевальном классе?**

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

**6. Направление движения или поворота к себе, во внутрь:**

- а) en dehors;
- б) en dedans;
- в) rond.

**7. Первая позиция ног:**

- а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
- б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены в разные стороны;
- в) стопы вместе.

**8. Как называется балетная юбка?**

- а) пачка;
- б) зонтик;
- в) карандаш.

**9. Подготовительное движение для исполнения упражнений:**

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

**10. Что такое партерная гимнастика?**

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

**11. Сколько позиций рук в классическом танце?**

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

**Контрольные вопросы  
для 4 го года обучения**

**1. Название элемента экзерсиса**



- А) Батман фраппе
- Б) Пор де бра вперед
- В) Сюр ле ку де пье (основное положение ноги на щиколотке вперед)

**2. Музыкальный размер (м/р)**

- А) Определяет количество долей в одном такте.
- Б) Определяет длительность всей мелодии.
- В) Определяет длительность одного музыкального такта.

**3. Экзерсис у опоры или на середине**

- А) Комплекс упражнений для расслабления.
- Б) Комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений.
- В) Комплекс танцевальных движений.

**4. Танец, который воспроизводит специфику национального самосознания**

- А) Классический балет
- Б) Джаз-танец
- В) Народный танец

**5. Древнейшей формой народного танца в России является**

- А) танец-песня
- Б) кадрили
- В) хоровод

**Тесты практических умений и навыков**

учащихся во время итоговой аттестации по окончании 5-8 учебного года

**Тест, определяющие хореографические возможности учащихся**

Тесты можно использовать для учащихся среднего и старшего возраста, чтобы определить насколько повысился уровень их подготовки.

***1. Тест, позволяющий оценить подвижность шейного отдела позвоночника.***

1. Наклонить голову вперёд. Подбородок должен коснуться груди.
2. Наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад.
3. Наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого.
4. Повернуть голову в сторону. Взгляд должен быть обращён точно в сторону.

***2. Тест, определяющий эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевого сустава.***

1. Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
2. Встать спиной к стене на расстоянии длины стопы, руки в стороны ладонями вперёд. Коснуться пальцами стены, не отклоняя туловище от вертикали.
3. Встать спиной к стулу и взяться руками за его спинку хватом сверху (большие пальцы располагаются с наружной стороны). Слегка отставив вперед одну ногу и присесть как можно ниже, не отрывая руки от спинки стула и не отклоняя туловище от вертикали. Линии рук и туловища должны образовать прямой угол.
4. Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснуться пальцами одной руки пальцев другой. То же, поменяв положения рук.

***3. Тест, позволяющий оценить подвижность локтевого сустава и эластичность мышц плеча и предплечья.***

1. Встать перед зеркалом и вытянуть руки в стороны. В норме предплечье должно составить с плечом прямую линию.
2. Положить на стол руки, согнутые в локтевом суставе на  $90^\circ$ . При повороте внутрь кисть должна касаться ладонью стола, а при повороте – тыльной поверхностью.

***4. Тест для оценки подвижности лучезапястного сустава, эластичности мышц кисти и предплечья.***

1. Вытянуть руки вперёд и опустить кисти вниз – ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
2. Встать лицом к столу, поставить на него руки пальцами вперед, выпрямив локти и пальцы. Предплечье должно быть перпендикулярно тыльной стороне ладони.
3. Положить ладони на стол пальцами вперёд и подвинуть их как можно дальше в сторону мизинцев, не отрывая от стола и не сгибая. Основание указательного пальца должно оказаться на одной линии с локтевым краем предплечья.

***5. Тест для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.***

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью стопы и голенью составляет  $45-55^\circ$ .
2. Встать лицом к спинке стула и опереться на неё руками. Отставить выпрямленную ногу от пола. Носки и колени направлены строго вперёд. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять  $50-60^\circ$ .
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

***6. Тест для оценки гибкости позвоночника.***

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперёд, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.
2. Лёжа на животе с закреплёнными стопами, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 сантиметров.
3. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 сантиметров друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
4. Сесть на стул лицом к его спинке и опереться руками в колени разведённых ног, не меняя положение таза и ног, повернуть голову назад. Ученик должен увидеть поднятые над головой руки партнёра, стоящего на расстоянии двух метров позади него.

### **7. Тест для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра.**

Тазобедренный сустав – самый большой из всех суставов. К нему прикреплены крупные, хорошо развитые мышцы, которые обеспечивают возможность выполнения разнообразных движений – ходьбы, бега, прыжков и многих других.

1. Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять её обеими руками за колени и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остаётся выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.
2. Лежа на животе (подбородок касается пола), согнуть одну ногу и с помощью рук постараться коснуться её пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.
3. Сидя на жесткой поверхности, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.
4. В положении полулёжа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом внутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колени согнутой ноги почти касаться пола.
5. Сесть на стул, согнуть одну ногу и положить её стопой на колено другой. Голень согнутой ноги при помощи рук должна принять горизонтальное положение.

### **Тесты по хореографии.**

#### **3 год обучения.**

1. Хореография это:

- А) вокальное искусство
- Б) танцевальное искусство
- В) изобразительное искусство

2. Классический танец в переводе с латинского означает:

- А) вежливый
- Б) серьезный
- В) образцовый

3. Сколько позиций рук в классическом танце:

- А) 1
- Б) 3
- В) 5

4. Releve (релеве) в классическом танце это:

- А) поза
- Б) прыжок
- В) полупальцы

5. Одним из современных уличных танцев является:

- А) хоровод
- Б) полька
- В) хип-хоп

6. Running men (рейнин мен) это основное движение танца:

- А) вальс
- Б) полонез
- В) хип – хоп

7. Что является опорой для танцовщика:

- А) обруч
- Б) полка
- В) станок

8. «Мостик», «свечка», «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к :

- А) растяжке
- Б) акробатике
- В) классическому танцу

9. Сколько точек направления движения в танцевальном зале, на сцене:

- А) 6
- Б) 7
- В) 8

10. «Рандат» - это упражнение:

- А) растяжки
- Б) акробатики
- В) хип-хопа.

#### **4 год обучения.**

1. Богиня танца:

- А) Мая Плисецкая
- Б) Айседора Дункан
- В) Терпсихора

2. Demi plie (деми плие) в переводе с французского означает:

- А) поза
- Б) маленькое приседание
- В) большое приседание.

3. Preparation (препарасьен) это:

- А) поклон
- Б) подготовительное упражнение перед началом движения:
- В) подъем на полупальцы.

Народный танец – это одно из направлений:

- А) музыки
- Б) оперного искусства
- В) хореографии

5. Какой позиции ног нет в классическом танце:

- А) 4
- Б) 5
- В) 6

6. Dip (дип) - это основное упражнение:

- А) классического танца
- Б) contemporary (контэмпорари)
- В) vogue

7. Hip – hop (хип – хоп) культура зарождалась:

- А) в России
- Б) в Австралии

В) в Америке

8. Какой музыкальный размер характерен для вальса:

А) 2/4

Б) 3/4

В) 4/4

9. Swing (свинг) для танца contemporary (контемпорари) означает:

А) прыгучесть

Б) натянутость

В) раскачивание

10. Композитор балета «Лебединое озеро»

А) Чайковский И. В.

Б) Петипа М. И.

В) Прокофьев С. С.

**5 год обучения.**

1. Танец в стиле vogue (вог) – это пародия на:

А) певцов

Б) моделей

В) балерин

2. Координация – это.:

А) подготовительное упражнение

Б) одновременная работа рук и ног

В) согласованная работа рук, ног, головы, корпуса

3. Носки вместе, пятки разведены в сторону – это позиция:

А) классического танца

Б) народного танца

В) бального танца.

**4. Сколько форм port de bras (пор де брас) существует в классическом танце:**

А) 3

Б) 5

В) 6.

**5. Упражнение «припадание» - характерно для:**

А) народного танца

Б) contemporary (контемпорари)

В) hip – hop (хип-хопа)

**6. Catwalk (кетволк) означает:**

А) утиная походка

Б) волчья походка

В) кошачья походка

**7. Streh (стрейч) – это:**

А) выпад

Б) растяжка

В) наклон

**8. Импровизация переводится с латинского, как:**

А) спокойный, размеренный

Б) понятный

В) неожиданный, внезапный

**9. Упражнение «бильман» является базовым элементом:**

- А) импровизации
- Б) hip – hop (хип – хопа)
- В) stretching (стретчинга)

**10. Мариус Петипа был:**

- А) композитором
- Б) балетмейстером
- В) сценаристом

**6 год обучения**

**1. Майя Плисецкая была:**

- А) русской балериной
- Б) актрисой польского кино
- В) французской певицей

**2. Прыжок changement de pieds (шажман дэ рье) выполняется:**

- А) с одной ноги на другую
- Б) с двух ног на одну ногу
- В) с двух ног на две ноги

**3. Ecarte (экарте) – это:**

- А) поза классического танца
- Б) прыжок из народного танца
- В) движение hip – hop (хоп – хоп) танца

**4. Balancoirs (балансуар) с французского языка переводится, как :**

- А) падение
- Б) качели
- В) бросать

**5. Duckwalk (дакволк) утиная походка выполняется:**

- А) на прямых ногах
- Б) на согнутых ногах
- В) в полном приседе

**6. Как называется «бросок» ноги по французски:**

- А) plie
- Б) jete
- В) grand

**10. Балетмейстер – это создатель :**

- А) оперного представления
- Б) балетного спектакля
- В) театрального представления

**7 год обучения.**

**1. Allegro означает:**

- А) медленно
- Б) быстро
- В) плавно

**2. Позиция рук, в которой руки подняты вверх, образуя овал над головой,**

**ладони повернуты вниз:**

- А) II
- Б) III

В) подготовительное положение

**3. Экзерсис у станка – одна из составляющих урока:**

А) музыки

Б) хореографии

В) физкультуры

**4. Parterre (партер) в хореографии – это:**

А) прыжки

Б) движения на пальцах

В) движения по полу

**5. Hands performance (хендс перформенс) – это направление:**

А) народного танца

Б) латино – американского танца

В) танца vogue (вог)

**6. В пуантах танцуют танцовщики:**

А) балета

Б) народного танца

В) латино – американского танца

**7. Движения бедрами по восьмерке характерно для:**

А) русского танца

Б) классического танца

В) танца samba (самба)

**8 год обучения.**

1. В каком из танцев не применяется IV позиция ног:

А) в народном танце

Б) в классическом танце

В) в hip – hop (хоп – хоп) танце

2. В I позиции ног:

А) ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длине стопы

Б) ступни соединены пятками, образуя одну линию

10

В) ступни выворотной примыкают одна к другой, носок одной ноги соприкасается с

пяткой другой ноги

3. К какому стилю танца относятся движения volta (вольта), batucada (батукада):

А) к классическому танцу

Б) к hip – hop (хип – хоп) танцу

В) к танцу samda (самба)

4. Движение dip (дип) – это:

А) эффектное падение

Б) вращение

В) прыжок

5. Фраза «добавь огня» произносится как:

А) battement tendu (батман тандю)

Б) bota fogo (бота

фога)

В) *pass echarpe* (па эшапе)

6. В позиции *attitude* (аттитюд) свободная нога:

А) натянута

Б) согнута в колене, образуя тупой угол

В) натянута с сокращенной стопой

7. *Pa balance* (па балансе) означает

А) раскручивание

Б) раскачивание

В) разбег

8. Музыка к балету «Щелкунчик» написал:

А) Петр Ильич Чайковский

Б) Сергей Сергеевич Прокофьев

В) Модест Петрович Мусоргский

9. *Demі* в танцах означает:

А) термин, указывающий, что движение выполняется по полу

Б) термин, определяющий максимальную величину движения

В) термин, указывающий, что выполняется половина движения

10. Народный танец – это:

А) это танец несущий соревнование

Б) выразительные движения человеческого тела

В) древнейший вид народного искусства, созданный народом и исполняемый в быту