

Управление образования администрации города Оренбурга
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детский эколого-биологический центр» г. Оренбурга

Программа принята к реализации
методическим советом
МАУДО ДЭБЦ
Протокол № 17 от «11» 06 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУДО ДЭБЦ

Т. В. Даминова

Приказ № 809 от «17» 06 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Вдохновение»

Возраст детей: 5 - 12 лет

Срок реализации: 2 года.

Количество часов: 216 ч.

Автор-составитель: Махно Дарья Валерьевна,
педагог МАУДО «Детский эколого-
биологический центр».

г. Оренбург, 2024г.

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик общеобразовательной общеразвивающей программы	
1.1.	Пояснительная записка	
1.1.1	Направленность программы	
1.1.2	Уровень освоения программы	
1.1.3	Актуальность программы	
1.1.4	Отличительные особенности программы	
1.1.5	Педагогическая целесообразность	
1.1.6	Адресат программы	
1.1.7	Объем и сроки освоения программы	
1.1.8	Формы организации образовательного процесса	
1.1.9	Особенности организации образовательного процесса	
1.1.10	Режим занятий	
1.2.	Цель и задачи программы	
1.3.	Содержание программы	
1.3.1	Учебный план	
1.3.2	Содержание учебного плана	
1.4.	Планируемые результаты	
II.	Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Календарный учебный график	
2.2.	Условия реализации программы	
2.3.	Воспитательный потенциал	
2.4.	Формы аттестации	
2.5.	Оценочные материалы	
2.6.	Методические материалы	
3.	Список литературы	
4.	Приложение	

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Особенности хореографического искусства дают ряд возможностей, как в эстетическом воспитании детей, так и в организации их досуга. Занятия хореографией способствуют формированию четкости и точности выполнения движений, запоминанию простых и сложных комбинаций, что сказывается на всей учебной деятельности обучающихся. Дети занимаются не только практической деятельностью, но и теоретической, пополняя багаж знаний о танцевальной этикете, музыкальной грамоте, истории появления и развития хореографического искусства, начиная с обрядового танца наших предков, завершая основами современной хореографии. Социальное значение танцевальному творчеству учащихся придает тот факт, что они вместе с педагогом входят в контекст современной художественной культуры России.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вдохновение» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и локальными актами учреждения:

– Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 03.02.2014 г. № 11-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;

– Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

– Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629. Зарегистрирован 26.09.2022 г. № 70226. Вступает в силу 01 марта 2023г.;

- Уставом МАУДО «Детский эколого-биологический центр».
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в МАУДО «Детский эколого-биологический центр».

1.1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вдохновение» имеет художественную направленность.

Программа направлена на формирование и развитие художественных способностей учащихся, танцевального мастерства и артистических способностей через коллективно-творческую деятельность и индивидуальные занятия; на развитии музыкального слуха; способствует эстетическому и нравственному развитию учащихся посредством восприятия различных видов искусств (музыка, театр, литература, фольклор). Танцевальные композиции, изучаемые на занятиях, становятся частью танца, сюжет которого часто связан с темой, вопросами и проблемами экологии. Путем восприятия таких сюжетных танцев и их исполнения, дети получают экологическое воспитание. Использование в танцах других сюжетов с важными темами и вопросами помогает добиться создание у обучающихся более широкого осознания, культурного и духовного воспитания.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вдохновение» подразумевает первоначальное знакомство с предметом, формирование интереса обучающихся к данной деятельности, приобретение первоначального опыта деятельности по предмету.

1.1.2. Уровень освоения программы

Программа предполагает освоение материала на стартовом и базовом уровнях. Учащиеся освоят специализированные знания в области хореографии, а именно: основы классического, народного и современного танцев.

1.1.3. Актуальность программы

Актуальность программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ направлен на приоритеты обновления в содержание программ художественной направленности, который выдвигаются в концепции развития дополнительного образования, создание условий для вовлечения детей в художественную деятельность по разным видам искусства и жанрам художественного творчества при сохранении традиций классического искусства.

Программа предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей в мир хореографии, познакомить с различными хореографическими жанрами, видами и стилями.

1.1.4. Отличительные особенности программы

При составлении дополнительной общеобразовательной программы «Вдохновение» были проанализированы следующие программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец», автор: Сивкова М.Г., г. Сыктывкар, 2018 г. (программа модифицированная); дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец», автор Логинова М.В., 2020г. (программа модифицированная).

№ п/п	Название программы, автор, возраст детей, срок реализации	Направленность и особенности программы
1.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец». Возраст детей: 7-11 лет; Срок реализации: 3 года Автор: Сивкова М.Г, пдо; г. Сыктывкар, 2018 г.	Художественная направленность. Особенности: образовательная деятельность осуществляется по принципу - «от простого к сложному».

2.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец». Возраст детей: 6-12 лет Срок реализации: 4 года Автор: Логинова М. В. г. Калининград 2020 г.	Художественная направленность. Особенности: программа включает в себя доступные направления в хореографии, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем.
----	---	---

Отличительные особенности данной программы от проанализированных заключается в следующем:

- комплексный подход, подразумевающий работу в нескольких направлениях: основы детского, классического, народного танцев, джаз модерна, постановочной, репетиционной и концертной деятельности;

- дополнение интегрированных занятий элементами импровизации (это позволит учащимся не только реализовать себя в различных видах деятельности, но и создавать, выступить в роли «новатора» в любом виде искусств;

- нацеленность программы на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.)

1.1.5. Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации учащихся, соответствующей их физическим, духовным и интеллектуальным особенностям посредством приобщения к миру хореографии.

Педагог использует принцип «от простого к сложному», таким образом заниматься хореографией может ребенок с любым уровнем подготовки. Содержание занятий помогает учащимся находиться в хорошей физической форме - совершенствовать выразительность исполнения,

развитие силы, выносливости, координации движений. Это формирует у детей привычку к здоровому образу жизни, желание быть аккуратным, спортивным, энергичным.

1.1.6. Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вдохновение» рассчитана на детей в возрасте от 5 до 12 лет.

Данный возраст, возраст активности, желания общаться. Для детей особое значение имеет оценка их деятельности, как со стороны старших, так и со стороны их сверстников.

В творческое объединение принимаются все желающие дети с отсутствием медицинских противопоказаний к занятиям (наличие справки о допуске к занятиям от детского врача-педиатра).

Учащиеся, проходят процедуру прослушивания, направленную на выявление элементарных учебных умений и музыкальных способностей.

1.1.7. Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на два года обучения - 216 учебных часов.

1 год обучения - 108 часов

2 год обучения – 108 часов

1.1.8. Формы организации образовательного процесса и виды занятий

Форма организации занятий – групповая, индивидуальная.

Форма обучения – очная, (возможно смешанное обучение с использованием дистанционных образовательных технологий).

Основными формами образовательного процесса являются: учебное занятие, практическое занятие (репетиция), творческое занятие (создание творческого продукта, сводная постановка), беседа, игра, музыкальное соревнование, занятие-праздник, концерт (выступление), конкурс, фестиваль.

Образовательная деятельность по данной программе осуществляется на русском языке в соответствии со статьёй 14 Федерального закона об образовании РФ №273-ФЗ от 29.12.2012.

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса

В творческом объединении «Вдохновение» создаются условия для творческого самовыражения ребенка и формирования у него позитивной самооценки, посредством использования таких методов воспитания, как поощрение, создание ситуации успеха, мотивация, беседы и просмотр видеofilьмов о достижениях великих людей - деятелей культуры.

Программа имеет инвариантную и вариативную часть.

Инвариантная часть реализуется с учащимися постоянного состава. Вариативная часть реализуется во время каникул - осенних, зимних и весенних, а так же во время летних каникул в лагерях дневного пребывания (ЛДП) с желающими детьми в виде проведения занятий, различных культурно-массовых мероприятий, мастер-классов.

Во время занятий педагог использует метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды, а так же словесный, наглядный и практический методы.

Посредством бесед и участия в различных мероприятиях, педагог помогает формировать у учащихся общую культуру личности, способность адаптироваться в современном обществе, а так же развивать чувство патриотизма. Для этого занятия затрагивают как темы основной хореографической деятельности, экологии, так и тему символов нашего государства. Патриотично и торжественно каждый год обучающиеся исполняют танец с флагами и другими символами России, представляя его в различных конкурсах и мероприятиях.

1.1.10. Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа и 1 часу или 3 раза в неделю по 1 часу (продолжительность занятия 35 минут первое полугодие, 40 минут второе полугодие).

Перерыв между двух часовыми занятиями 10 минут.

1.2. Цель, задачи программы

Цель: развитие творческих, физических, музыкальных способностей средствами хореографического искусства.

Задачи:

1 год обучения

Обучающие:

- сформировать у учащихся знания о правилах поведения на занятиях и ПДД;
- сформировать у учащихся базовые хореографические и физические данные (сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз);
- способствовать возникновению у детей чувства характера музыкального сопровождения, выражения чувств с помощью танца;
- обучить свободно, ориентироваться в пространстве, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- обучить основным элементам партерной гимнастики: упражнения «Корзиночка», «Уголок», «Бабочка», «Складочка»;
- обучить основным элементам народного, классического и современного танцев (бытовой шаг, шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, легкий бег, 1 и 2 прямые позиции ног. 1 и 2 позиции рук, подготовительное положение).

Развивающие:

Развивать:

- положительную мотивацию к обучению хореографии и успешному освоению программы;
- художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, приобщение к его истории и традициям;
- музыкально-танцевальные способности, потребность к творческому самовыражению;
- профессиональные физические данные (техника, мастерство, сила, ловкость, гибкость, прыгучесть, танцевальный шаг, верчение и т. п.);
- музыкальную память (чувство ритма, координация движений, музыкальный слух);
- кругозор.

Воспитательные:

Воспитывать:

- интерес к танцевальному искусству;
- эстетически-нравственное восприятие окружающего мира, любви к прекрасному;
- толерантность, доброту, трудолюбие, терпение, самостоятельность, аккуратность, целеустремленность в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе и в парах;
- культуру общения, уважительное отношение к окружающим.

2 год обучения

Обучающие:

- обучить технике хореографического движения (темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность; сценические способности, артистизм, желание успешно выступать на сцене);
- познакомить с профессиональной терминологией;

- познакомить с такими построениями и перестроениями, как «змейка», «воротики», «спираль», «звездочка», «карусель»;
- научить танцевать «Польку»;
- обучить детей таким элементам народного танца, как «моталочка», «ковырялочка», «гармошечка», «каблучки», дробные выстукивания.

Развивающие:

- развивать художественный вкус;
- способствовать развитию природных задатков и способностей, помогающих достижению успеха в хореографии;
- развивать память, внимание, мышление, воображение.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость, силу воли, чувство долга;
- воспитывать стремление к активной хореографической деятельности;
- воспитывать чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

1 год обучения

№	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	Кол-во часов			Форма организации занятия	Форма контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика		
1.	<i>Инвариантная часть</i> Раздел 1. Ритмика и Танец (подготовительный этап)					
1.1	Тема 1. «Давайте знакомиться!» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос
1.2	Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»	2		2	групповая	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.

1.3	Тема 3. «Построения и перестроения»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала
1.4	Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала
1.5	Тема 5. «Активизация и развитие творческих способностей»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала
1.6	Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»	7		5	групповая	Анализ усвоения материала
				2	индивидуальная	Анализ усвоения материала
1.7	Тема 7. «Ритмика и танец» (итоговое занятие)	1		1	групповая	Контрольный просмотр изученного материала
2.	Раздел 2. Гимнастика					
2.1	Тема 1. «Гимнастика для всех» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос
2.2	Тема 2. «Дыхательные упражнения»	2		2	групповая	Анализ выполнения упражнений
2.3	Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»	4		4	групповая	Анализ выполнения упражнений
2.4	Тема 4. «Силовые упражнения»	6		4	групповая	Анализ выполнения упражнений
				2	индивидуальная	Анализ выполнения упражнений
2.5	Тема 5. «Оздоровительно-акробатический комплекс»	4		4	групповая	Анализ выполнения движений
2.6	Тема 6. «Гибкость и релаксация»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений
2.7	Тема 7. «Имитационно-игровые упражнения»	2		2	групповая	Анализ выполнения упражнений
2.8	Тема 8. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)	2		2	групповая	Контрольный просмотр изученного материала
3.	Раздел 3. Классический танец					
3.1	Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос
3.2	Тема 2. «Азбука	1		1	групповая	Самооценка

	классического танца»					обучающихся своих знаний и умений.
3.3	Тема 3. «Экзерсис у станка»	5		5	групповая	Контроль над выполнением упражнений
3.4	Тема 4. «Экзерсис на середине»	6		6	групповая	Контроль над выполнением упражнений
3.5	Тема 5. «Классическая партерная гимнастика»	4		4	групповая	Анализ усвоения материала
3.6	Тема 6. «Аллегро»	5		3	групповая	Анализ усвоения материала
				2	индивидуальная	Анализ усвоения материала
3.7	Тема 7. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)	2		2	групповая	Контрольный просмотр изученного материала
4.	Раздел 4. Народно-сценический танец					
4.1	Тема 1. «Знакомимся с народами мира» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос
4.2	Тема 2. «Параллельные и свободные позиции ног»	1		1	групповая	Анализ усвоения материала
4.3	Тема 3. «Позиции рук в народно-сценическом характере»	3		3	групповая	Анализ усвоения материала
4.4	Тема 4. «Экзерсис на середине зала»	3		3	групповая	Контроль над выполнением упражнений
4.5	Тема 5. «Подготовка к вращению»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала
4.6	Тема 6. «Элементы этюдов и танцев»	6		6	групповая	Анализ усвоения материала
4.7	Тема 7. «Прыжки с поворотом»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений
4.8	Тема 8. «Подготовка к дробным элементам»	4		4	групповая	Анализ усвоения материала
4.9	Тема 9. «Народные мотивы» (итоговое занятие)	2		2	групповая	Контрольный просмотр изученного материала

5.	Раздел 5. Современный танец					
5.1	Тема 1. «Особенности современного танца»(вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос
5.2	Тема 2. «История танца»	1		1	групповая	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.
5.3	Тема 3. «Музыкальная грамотность»	1		1	групповая	Устный контроль
5.4	Тема 4. «Дыхание и движение»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала
5.5	Тема 5. «Кординационно-ритмичная основа танца»	5		5	групповая	Контроль над выполнением движений
5.6	Тема 7. «Дети современности» (итоговое занятие)	2		2	групповая	Контрольный просмотр изученного материала Промежуточная аттестация «Тесты для определения анатомо-физиологических особенностей учащихся» (Приложение № 3)
Вариативная часть						
Осенние каникулы						
1.	«Танцевальная страна» (конкурсная программа)	1		1	групповая	Практическое задание, наблюдение
2.	«Музыкальная экология» (познавательная программа)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение
Зимние каникулы						
1.	«Волшебная сказка» (новогодний праздник)	1		1	групповая	Практическое задание, наблюдение
2.	«Рождественские посиделки» (коллективное чаепитие)	1		1	групповая	Практическое задание, наблюдение
Весенние каникулы						
1.	«Весёлая капель» (конкурсная программа)	1		1	групповая	Практическое задание, наблюдение
2.	«Дружная семья» (конкурсная программа для	2		2	групповая	Практическое задание,

	детей и их родителей)					наблюдение
	Всего:	108		108		

2 год обучения

№	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	Кол-во часов			Форма организации занятия	Форма контроля	Форма аттестации
		Всего	теория	практика			
1.	Раздел 1. Ритмика и Танец						
1.1	Тема 1. «И снова здравствуйте!» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос	
1.2	Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»	2		2	групповая	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.	
1.3	Тема 3. «Построения и перестроения»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала	
1.4	Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала	
1.5	Тема 5. «Активизация и развитие творческих способностей»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала	
1.6	Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»	4		4	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
1.7	Тема 7. «Танцевальная ритмика» (итоговое занятие)	1			групповая	Контрольный просмотр изученного материала	
2.	Раздел 2. Гимнастика						
2.1	Тема 1. «Гимнастика для всех» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос	
2.2	Тема 2. «Дыхательные	2		2	групповая	Контроль над	

	упражнения»					выполнением упражнений	
2.3	Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
2.4	Тема 4. «Основные акробатические упражнения»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
2.5	Тема 5. «Оздоровительно- акробатический комплекс»	2		2	групповая	Анализ выполнения упражнений	
2.6	Тема 6. «Оздоровительно- релаксационные упражнения»	2		2	групповая	Анализ выполнения упражнений	
2.7	Тема 7. «Силовые перемещения, игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений»	4		4	групповая	Анализ усвоения материала	
2.8	Тема 8. «Корректирующая гимнастика»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
2.9	Тема 9. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)	1		1	групповая	Контрольный просмотр изученного материала	
3.	Раздел 3. Классический танец						
3.1	Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос	
3.2	Тема 2. «Экзерсис у станка»	6		6	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
3.3	Тема 3. «Экзерсис на середине»	7		7	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
3.4	Тема 6. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)	1		1	групповая	Контрольный просмотр изученного материала	
4.	Раздел 4. Народно-сценический танец						
4.1	Тема 1. «Мир народно- сценического танца»	1		1	групповая	Устный опрос	

	(вводное занятие)						
4.2	Тема 2. «Комплекс упражнений для разогрева»	2		2	групповая	Анализ выполнения упражнений	
4.3	Тема 3. «Выворотные позиции ног»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала	
4.4	Тема 4. «Позиции и положения рук»	2		2	групповая	Анализ усвоения материала	
4.5	Тема 5. «Экзерсис у станка»	6		6	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
4.6	Тема 6. «Прыжки в комбинациях»	2		2	групповая	Контроль над выполнением упражнений	
4.7	Тема 7. «Вращения»	2		2	групповая	Контроль над выполнением движений	
4.8	Тема 8. «Мужская техника»	1		1	групповая	Контроль над выполнением движений	
4.9	Тема 9. «Этюды и танцы»	8		8	групповая	Контроль над выполнением движений	
4.10	Тема 10. «Народные мотивы» (итоговое занятие)	2		2	групповая	Контрольное исполнение изученного материала	
5.	Раздел 5. Современный танец						
5.1	Тема 1. «Мир современного танца» (вводное занятие)	1		1	групповая	Устный опрос	
5.2	Тема 2. «Диско». «Хип-хоп».	4		4	групповая	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.	
5.3	Тема 3. «Азбука музыкально-пластического движения»	2		2	групповая	Устный контроль	
5.4	Тема 4. «Основы организации правильного	2		2	групповая	Устный контроль	

	дыхания»						
5.5	Тема 5. «Кординационно-ритмические основы танца»	6		6	групповая	Контроль над выполнением движений	
5.6	Тема 6. Базовые элементы танцевальных стилей «Диско», «Хип-хоп»	6		6	групповая	Контроль над выполнением движений	
5.7	Тема 7. «Танцевальная импровизация»	1		1	групповая	Анализ выполнения движений	
5.8	Тема 8. «Дети современности» (итоговое занятие)	1		1	групповая	Контрольный просмотр изученного материала Промежуточная аттестация «Тестовые задания и система развития знаний, умений и навыков воспитанников» (Приложение № 3)	
<i>Вариативная часть</i> Осенние каникулы							
1.	«Осенний урожай» (осенний праздник)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение	
2.	«Дружная семья» (конкурсная программа для всей семьи)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение	
Зимние каникулы							
1.	«В гостях у сказки» (зимний праздник)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение	
2.	«Соберём снежинки вместе»	2		2	групповая	Практическое задание,	

	(экологический квест)					наблюдение	
Весенние каникулы							
1.	«Весёлые каникулы» (конкурсная программа)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение	
2.	«Новое движение» (мастер-класс)	2		2	групповая	Практическое задание, наблюдение	
	Всего:	108					

1.3.2. Содержание учебного плана

1 год обучения.

Инвариантная часть

Раздел 1. Ритмика и танец (подготовительный этап)

Тема 1. «Давайте знакомиться!» (вводное занятие)

Теория. Знакомство с членами творческого объединения, режимом работы, правилами поведения.

Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»

Теория. Знакомство с понятиями: позиции ног, рук; выдвигание ноги, полупальцы, полуприседание.

Практика. Бытовой шаг, шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком, боковой подскок (галоп), шаг польки. 1, 2, 3, (полувыворотные), 1, 2 прямая позиции ног. 1, 2 позиции рук, подготовительное положение. Полуприседание по позициям (демплие). Выдвигание ноги с переводом «носок-каблук», с носка на каблук.

Поднимание на полупальцы по 6 и 1 позициям (релеве). Прыжки на двух ногах по VI позиции. Образно-игровые движения Сложные циклические виды движений.

Тема 3. «Построения и перестроения»

Теория. Знакомство с понятиями «Змейка», «Воротики», «Спираль», «Звездочка».

Практика. Упражнения на развитие умения самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций.

Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»

Теория. Знакомство с понятиями: «Тройной шаг», «Барабанщики».

Практика. Композиции на умение быстро перестраиваться в соответствии с музыкальным сопровождением.

Тема 5. «Активизация и развитие творческих способностей детей»

Теория. Знакомство с понятиями: «Лошадки», «Не потеряй пушинку», «После дождя».

Практика. Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения.

Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»

Теория. Знакомство с понятиями: «Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», «Мостик», «Шпагат», «Лодочка», «Кошечка», «Велосипед», «Колобок», «Качели», «Промокашка».

Практика. Упражнения на сокращение и расслабление мышц, на развитие силы мышц, эластичности связок и суставов, на гибкость и пластичность. Разучивание комбинаций на основе упражнений.

Тема 7. «Ритмика и танец» (итоговое занятие)

Практика. Открытое занятие для родителей.

Раздел 2. Гимнастика

Тема 1. «Гимнастика для всех» (вводное занятие)

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ, дисциплина во время занятий. Правила поведения при участии в массовых мероприятиях.

Практика. Отработка входа и выхода из зала, раскладывание и уборка ковриков и матов.

Тема 2. «Дыхательные упражнения»

Теория. Основные задачи дыхательных упражнений, влияние дыхания на работоспособность и самочувствие.

Практика. Отработка различных типов дыхания на месте и в движении. Изменение длины и глубины дыхания.

Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»

Практика. Упражнения на месте и в движении из различных исходных положений, упражнения на развитие координации движений и чувства ритма.

Тема 4. «Силовые упражнения»

Теория. Режимы выполнения силовых упражнений

Практика. Поточное выполнение силовых упражнений динамического характера в преодолевающем и уступающем режиме.

Тема 5. «Оздоровительно-акробатический комплекс»

Теория. Соединение дыхания с движением.

Практика. Непрерывное выполнение комплекса движений с переходом в различные позы в соединении с дыханием и расслаблением.

Тема 6. «Гибкость и релаксация»

Теория. Увеличение подвижности суставов круговыми движениями и растягиваниями

Практика. Проработка позвоночника и суставов круговыми движениями в различных плоскостях с последующим линейным растягиванием.

Тема 7. «Имитационно-игровые упражнения»

Практика. Различные перемещения и движения, имитирующие животных и предметы. Беседа на тему «Животные мира». Элементы театрализации и пантомимы.

Тема 8. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)

Практика. Урок миниатюр.

Раздел 3. Классический танец

Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)

Теория. Правила ТБ. Правила поведения на уроке. Роль классического танца в хореографии. Краткая история классического танца. Необходимость изучения данного предмета.

Тема 2. «Азбука классического танца»

Теория. Проучивание позиций ног(1-ая, 2-ая, 5-ая) лицом или спиной к станку. Позиции рук(1-ая, 2-ая, 3-я) на середине зала, постановка корпуса.

Практика. Движения в медленном спокойном темпе, в чистом виде.

Тема 3. «Экзерсис у станка»

Теория. «Батман тандю» по первой позиции (крестом), постановка корпуса, повороты головы. «Демиплие», «Батман тандю с деми плие», «Реливе» на полупальцы, «Батман тандю пасса партер», «Демиронд де жамб партер ан де ор, ан де дан» и полный круг ногой по полу.«Реливелян» на 45 градусов крестом. «Батман тандю жете» по 1-ой позиции (крестом). Положение «Сур леко де пие». «Батман ретире».

Практика. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде, а затем родственные комбинируются друг с другом.

Тема 4. «Экзерсис на середине»

Теория. Повторение движений у станка на середине зала.

Практика. Экзерсис у станка закрепляется на середине.

Тема 5. «Классическая партерная гимнастика»

Теория. Повторение элементов классического танца: «Жете», «Реливелян», «Ретире» лежа на спине. Движения, развивающие выворотность, эластичность суставов, позвоночника, шага.

Практика. Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, на сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц.

Тема 6. «Аллегро»

*Теория.*Трамплинные прыжки по свободным позициям, «темп ливе соте» по 1-ой, 2-ой, 5-ой позиции и на середине, «па э шапе» лицом к станку и на середине, «шажман де пие».

*Практика.*Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, на сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц.

Тема 7. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)

*Практика.*Открытое занятие для родителей и педагогов.

Раздел 4. Народно-сценический танец

Тема 1. «Знакомимся с народами мира» (вводный урок)

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Тема 2. «Параллельные и свободные позиции ног»

*Теория.*Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Грамотное исполнение. Работа на мышцах. «Релеве», подготовка к штопору, штопор.

*Практика.*Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Проучивание в медленном темпе. Развитие устойчивости, введение полупальцев.

Тема 3. «Позиции рук в народно-сценическом характере»

*Теория.*Грамотная постановка рук.

Практика. Работа на мышцах. Правильная осанка при работе с руками. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Положение рук на поясе, в паре.

Тема 4. «Экзерсис на середине зала»

*Теория.*Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т жете. Пассе.

Практика. Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т с

работой голеностопа. Б.Т жете. Пассе. Работа для бедра. Работа на мышцах. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде.

Тема 5. «Подготовка к вращению»

Теория. Методика исполнения. Грамотное исполнение. Шене.

Практика. Подготовка к шене. Подскок в повороте. Укрепление вестибулярного аппарата. Тренинг координации.

Тема 6. «Элементы этюдов и танцев»

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Элементы и движения русского, татарского, белорусского танцев. Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.

Тема 7. «Прыжки с поворотом»

Теория. Прыжки «сотэ», поджатые, разножка. Грамотное исполнение. Элевация. Баллон.

Практика. Прыжки «сотэ», поджатые, разножка. Прыгучесть. Точное приземление. Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элевации).

Тема 8. «Подготовка к дробным элементам»

Теория. Соскок, скачок, перескок.

Практика. Грамотное положение стопы у щиколотки, колена, грамотное исполнение соскока, скачка, перескока. Работа над техникой исполнения четкости удара и лёгкости.

Тема 9. «Народные мотивы» (итоговое занятие)

Практика. Открытый контрольный урок.

Раздел 5. Современный танец

Тема 1. «Особенности современного танца» (вводное занятие)

Теория. Ознакомление учащихся с программой, расписанием и репертуарным планом. Инструктирование учащихся по ОТ и ТБ.

Тема 2. «История танца»

Теория. Танец и хореография; их зарождение и развитие; значение хореографического искусства. Жанры хореографии; танцевальные стили и направления.

Тема 3. «Музыкальная грамотность»

Теория. «Музыкальная фраза». Форте, пиано. Темп, ритм. Вступление, основная часть, заключение. Сильная, слабая доля. Музыкальный размер.

Практика. Слушание музыки. Основные характеристики музыкального произведения. Структура музыкального произведения. Сильная и слабая доля. Музыкальный размер 2/4.

Тема 4. «Дыхание и движение»

Практика. Значение правильного дыхания на занятиях хореографией. Способы дыхательного самоконтроля. Система дыхательных упражнений (по методике Дмитриева Л.Б.)

Тема 5. «Кординационно-ритмичная основа танца»

Разминка по кругу

Теория. Осанка. Интервал. Равномерность движений. Направление движения. Координация. Выворотность. Ритм и движение. Предел.

Практика. Танцевальный шаг. Ходьба на полу пальцах, на пяточках, на внешней и внутренней стороне стопы. Координация ходьбы с различными движениями рук, плеч, головы. Сочетание шагов и хлопков с различной периодичностью. Движение по и против часовой стрелки. Бег простой, с высоким подниманием коленей, с прямыми ногами вперед и назад. Сохранение осанки при движении. Развитие ритмической памяти и слухового внимания.

Партерная гимнастика

Теория. Вытягивание и сокращение. Выразительность движений. Стретчинг. Выворотность.

Практика. Комплекс упражнений для развития стоп. Упражнения для рук и ног. Развитие гибкости («кошечка», «лодочка», «коробочка»,

«колобок», «лягушка», «книжка», «березка», «неваляшка»). Шпагаты (все виды), «канат».

Экзерсис на середине

Теория. Ход игр: «У маленькой Мэри» «Мистер Фостер». Равновесие. Исходное положение. Выпад. Мах.

Практика. Упражнения для правильного формирования осанки. Упражнения для шеи, головы. Рук, плечевого пояса, туловища, ног. Упражнения для равновесия. Упражнения для развития музыкально-ритмического восприятия.

Прыжки

Теория. Легкий прыжок. Чередование. Сохранение осанки в прыжке. Дыхание и прыжки.

Практика. Прыжки на одной, двух ногах, попеременно. Сочетание прыжков и движений рук. Различные виды прыжков со скакалкой. Игра «Я – мячик». Бег на месте с координацией рук.

Тема 6. «Дети современности» (итоговое занятие)

Практика. Показ. Самоконтроль.

Вариативная часть

Осенние каникулы

Тема 1. «Танцевальная страна»

Практика. Конкурсная программа.

Тема 2. «Музыкальная экология»

Практика. Познавательная программа.

Зимние каникулы

Тема 1. «Волшебная сказка»

Практика. Новогодний праздник.

Тема 2. «Рождественские посиделки»

Практика. Коллективное чаепитие.

Весенние каникулы

Тема 1. «Весёлая капель»

Практика. Конкурсная программа.

Тема 2. «Дружная семья»

Практика. Конкурсная программа.

2 год обучения

Инвариантная часть

Раздел 1. Ритмика и танец

Тема 1. «И снова здравствуйте!» (вводное занятие)

Теория. Знакомство с режимом работы творческого объединения, правилами поведения.

Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»

Теория. Выворотные позиции ног, Demiplier, Grandplier, Battement tendus, анфас и эпольман, «Припадание», «Гармошка», «Молоточек», «Моталочка», «Ковырялочка», дробные выстукивания, «Мячик», «Полянка», «Каблучки», «Сибирская полечка».

Практика. Проучивание 1, 2 выворотные позиции ног. 3 позиция рук. Demiplier по 1, 2 позициям, Grandplier по 6 позиции. . Battement tendus по 1 выворотной позиции вперед и в сторону. Battement tendus с demiplier по 1 выворотной позиции. Положение анфас и эпольман. Прыжки из 6 на 2 прямую позицию и обратно. Прыжок по I выворотной позиции. Прыжки по точкам. Проучивание движений на русском материале.

Тема 3. «Построения и перестроения»

Теория. «Змейка», «воротики», «спираль», «звездочка», «карусель».

Практика. Упражнения на развитие умения самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций.

Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»

Теория. «Мы танцуем польку», «Молодецкий хоровод».

Практика. Композиции на умение быстро перестраиваться в соответствии с музыкальным сопровождением.

Тема 5. «Активизация и развитие творческих способностей»

Теория. «Звери и птицы», «Кот и мыши», «Спать хочется».

Практика. Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения.

Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»

Теория. «Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», «Мостик», «Шпагат», «Лодочка», «Кошечка», «Велосипед», «Колобок», «Качели», «Промокашка».

Практика. Усложнение упражнений. Тренировка силы, выносливости.

Тема 7. «Танцевальная ритмика» (итоговое занятие)

Практика. Открытое занятие для родителей.

Раздел 2. Гимнастика

Тема 1. «Гимнастика для всех» (вводное занятие)

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ. Правила поведения при участии в концертах и массовых мероприятиях.

Тема 2. «Дыхательные упражнения»

Теория. Способы увеличения объёма лёгких и тренировки дыхательных мышц.

Практика. Силовое дыхание. Техника дыхания при силовых упражнениях.

Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»

Практика. Изучение вращений на месте и в движении с постепенным увеличением скорости.

Тема 4. «Основные акробатические упражнения»

Практика. Изучение основных акробатических упражнений (перекаты, повороты, кувырки, опорные прыжки и приземления).

Тема 5. «Оздоровительно-акробатический комплекс»

Практика. Тренировка поз, стоек и упоров, повторная смена прыжком.

Тема 6. «Оздоровительно-релаксационные упражнения»

Теория. Принцип пустоты и наполненности.

Практика. Комплекс дыхательно-релаксационных упражнений.

Тема 7. «Силовые перемещения, игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений»

Практика. Воспитание силовой выносливости и лёгкости перемещений.

Тема 8. «Корректирующая гимнастика»

Теория. Принципы проработки суставов и позвоночника.

Практика. Проработка позвоночника и суставов стоя.

Тема 9. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)

Практика. Класс-концерт. Заключительный тренаж.

Раздел 3. Классический танец

Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)

Теория. Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид.
Цели и задачи для учащихся по предмету.

Тема 2. «Экзерсис у станка»

Практика. Повтор пройденного материала в 1-ый год обучения.
Проучивание новых элементов: 4-ая позиция, «Батмантандю жете пике», «батман тандю плие сотеню», «батман фондю» в пол лицом к станку, «батман фрапе» в пол крестом (лицом к станку), «па де буре симпль» лицом к станку, перегибы корпуса в бок, назад, лицом к станку, «гранд плие» по всем позициям лицом к станку, постановка корпуса в 1-ой позиции одной рукой за станок, открывание руки, «батман тандю с пурлепие», «батман фрапе» на 45 градусов, «батман фондю» на 45 градусов, «реливе» на высокие полупальцы, 3-е «пор де бра», все элементы проучивать по 5-ой позиции.

Ускорение темпа, экзерсис у станка, Проученные движения исполняются одной рукой за палку.

Тема 3. «Экзерсис на середине»

Практика. Все элементы, проученные у станка, выполнить на середине. 1-ое «пор де бра», 2-ое «пор де бра», 3-е «пор де бра», «эпальман», маленькие и большие позы «круазе, эфасе», «па курю». Арабески – 1-ый, 2-ой, 3-ий

Упражнения на различные группы мышц, на развитие устойчивости на середине зала, и закрепление мышечных навыков и принципов классического танца.

Тема 4. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)

Практика. Открытое занятие для родителей и педагогов.

Раздел 4. Народно-сценический танец

Тема 1. «Мир народно-сценического танца» (вводное занятие)

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Тема 2. «Комплекс упражнений для разогрева»

Практика. Грамотное исполнение упражнений на мышцах с хорошей амплитудой движения

Тема 3. «Выворотные позиции ног»

Теория. 1.2.3 лицом к станку Методика исполнения.

Практика. «Пор де бра» в русском характере. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Правильная осанка при работе с руками.

Тема 4. «Позиции и положения рук»

Теория. Пор де бра в русском характере. Позиции рук в народно-сценическом характере 1, 2, 3.

Практика. Пор де бра в русском характере. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Правильная осанка при работе с руками.

Тема 5. «Экзерсис у станка»

Теория. Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Упражнения с ненапряженной стопой по 3, 6 поз. Маленькие броски во всех направлениях. Упражнение для бедра. Методика исполнения.

Практика. Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Батман тандю. Каблучное упражнение в пол во всех направлениях. Подготовка к веревочке (подъем-перевод). Подготовка к «ковырялочке». Маленькие броски во всех направлениях. Движения в медленном спокойном темпе, в чистом виде Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, на сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц. Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элевации).

Тема 6. «Прыжки в комбинациях»

Теория. Сотэ, поджатые, разножка, завис.

Практика. Сотэ, поджатые, разножка, толчок сильной стопой с крепким корпусом, грамотное точное приземление, завис. Упражнения на развитие легкости, элевации и баллона. Работа на мышцах Развитие высоты прыжка, эластичности приземления, Чистоты поз, музыкальности исполнения, выносливости.

Тема 7. «Вращения»

Теория. Техника вращения. Методика исполнения.

Практика. Вращение по диагонали, по прямой. Шенэ. Подскок в повороте. Бег в повороте. Укрепление вестибулярного аппарата.

Тема 8. «Мужская техника»

Практика. Совершенствование танцевальной техники.

Тема 9. «Этюды и танцы»

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Этюды: русский, татарский, эстонский, белорусский. Эмоции. Техника, выразительность.

Тема 10. «Народные мотивы» (итоговое занятие)

Практика. Показ. Самоконтроль. Открытый контрольный урок.

Раздел 5. Современный танец

Тема 1. «Мир современного танца» (вводное занятие)

Теория. Ознакомление учащихся с программой объединения. Обучение основным принципам само- и взаимоконтроля.

Тема 2. «Диско». «Хип-хоп».

Теория. Возникновение и развитие танцевального стиля «Диско». История и развитие современной «Хип-хоп-культуры». Твист Мэдисон, фруг, брэйк-данс, стрит-данс.

Практика. Исполнение техники движений.

Тема 3. «Азбука музыкально-пластического движения»

Теория. Принципы построения музыкального произведения. Части и формы музыкального произведения. Характер музыки. Затакт.

Практика. Слушание и разбор танцевальной музыки. Знакомство с музыкой различных стилей и жанров. Музыкальный размер 2/4, 4/4. Движение под музыку в этих размерах. Такт. Затакт. Работа со словариком.

Тема 4. «Основы организации правильного дыхания»

Теория. Вдох, пауза, выдох. Задержка дыхания.

Практика. Разучивание комплекса упражнений по системе трехфазного дыхания.

Тема 5. «Кординационно-ритмические основы танца»

Разминка по кругу.

Практика. Легкость бега. Смена направления движения. Кросс. Координация. Виды бега.

Сохранение правильной осанки при движении. Координация различных видов шагов со сложными движениями рук, сочетаниями движений головы, рук, плеч.

Виды бега: «елочка», «метелочка», по спирали, задний ход.

Развитие ритмической памяти и слухового внимания.

Экзерсисустанка.

Теория. Arabesque, Battementdujete, Demi-plie, Tour chanes, En Dedans, EnDehors, Flex, Attitude.

Практика. Разучивание элементов классического тренажа в эстрадном характере. Разучивание комбинаций, состоящих из изученных элементов. Включение в работу всего корпуса, комплекса растяжек. Контрольное исполнение.

Экзерсис на середине.

Теория. Контракция. Центр движения. Вытягивание. Самоорганизация

Практика. Контракция. Ее виды и значение. Организация правильного дыхания во время исполнения контракции. Разучивание упражнений для развития равновесия в движении. Развитие гибкости и эластичности всех частей тела. Игровой самомассаж с речитативом «Здравствуйте, пальчики!». Контрольное исполнение упражнений.

Партерная гимнастика.

Теория. Вытягивание. Точность исполнения. Счет движения. Растягивание.

Практика. Упражнения на выворотность и гибкость(«улитка», «медуза», «березка», «неваляшка» и др. Упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины: «орешек», «морская звезда», «велосипед», «кобра» и др. Стретчинг - система статических растяжек. Организация правильного дыхания при выполнении растягивающих упражнений.

Прыжки.

Теория. Выворотность. Переход с носка на пятку при завершении прыжка. Прямая спина в прыжке. Устойчивость

Практика. Правила выполнения прыжка. Прыжки с 2-х ног на 2 (по 6-й, 1-й, 2-й позициям.) Прыжки с 2-х ног на одну. Прыжки с одной ноги на другую. Прыжки комбинированные.

Танцевальный блок.

Теория. Точность исполнения движений и танцевальных элементов. Танцевальность.

Практика. Образно-танцевальные упражнения «Воробьиная дискотека». Разучивание ритмического танца «Большая стирка». Разучивание парного ритмического танца «Движение». Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» (с лентами).

Тема 6. Базовые элементы танцевальных стилей «Диско», «Хип-хоп»

Основные технические принципы и элементы движений детского танца в стиле «Диско»

Теория. Галоп «пони», «твист», «Мэдисон», «Фруг».

Практика. Основные положения, движения и комбинации движений рук. Базовые шаги и направления движений. Эмоциональная выразительность в танце. Разучивание танцевального этюда в стиле «Диско».

Специфика исполнения и базовые элементы движений танцевального стиля «Хип-хоп»

Теория. Раскачивание. Джексон. Шаг-скольжение. Фиксация. Четкость исполнения. Танцевальность.

Практика. Особенности музыкального ритма «Хип-хоп»-«Street-dance». Техники «раскачивания». «Раскачивание» на «плие» (вертикально). Координация с движениями рук и головы. Основной шаг с подскоком-«Джексон». Различные варианты исполнения данного танцевального элемента: с возвратом, с фиксацией, двойной, с сокращенной стопой. Координация с различными движениями рук. Особенности пластики рук в стиле «Хип-хоп» (стрит). Базовые положения. Шаг «скольжения». Изучение танцевальных элементов на основе данного движения.

Музыкально-пространственные композиции.

Теория. Точность воспроизведения. «Мышечная» память. Внимательность.

Практика. Разучивание хореографической картинке «Модный танец» с использованием элементов стиля «Хип-хоп». Разучивание танцевальной картинке «Диско-дискотека». Работа над пластической выразительностью.

Работа над техникой исполнения движений и композиций.

Практика. Основные точки танцевальной площадки. Игра «Командир». Эмоциональная наполненность танцевального номера. Контрольное исполнение.

Тема 7. «Танцевальная импровизация»

Пластический образ.

Практика. Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. Воображаемые образы «дерево», «розочка», «кошечка», «лягушка», «змея», «олень», «лебедь».

Танцевальные фантазии с предметами.

Практика. Танцевальный этюд с веером. Игра «Аукцион движений». Танцевальный этюд по выбору. Музыкально-пластический образ. Ритмическое мышление. Танцевальная картинка «Мы такие разные» с рамкой 30/40 см.

Танец-картинка.

Практика. Сюжетная импровизация через использование креативной гимнастики: «Выставка картин», «Магазин игрушек», «В гостях у сказок», «Прохожий и фонари», «Люди и роботы».

Тема 8. «Дети современности» (итоговое занятие)

Практика. Показ. Самоконтроль.

Вариативная часть

Осенние каникулы

Тема 1. «Осенний урожай»

Практика. Осенний праздник.

Тема 2. «Дружная семья»

Практика. Конкурсная программа для всей семьи, включающая в себя конкурсы на тему искусства, спорта, экологии, окружающего мира.

Зимние каникулы

Тема 1. «В гостях у сказки»

Практика. Зимний праздник.

Тема 2. «Соберём снежинки вместе»

Практика. Экологический квест.

Весенние каникулы

Тема 1. «Весёлые каникулы»

Практика. Конкурсная программа.

Тема 2. «Новое движение»

Практика. Мастер-класс.

1.4. Планируемые результаты

1 год обучения

Личностные результаты

Будут сформированы:

- интерес к хореографическому творчеству;
- эстетически-нравственное восприятие окружающего мира, любовь к прекрасному;
- толерантность, доброта, трудолюбие, терпение, самостоятельность, аккуратность, целеустремленность в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в парах;
- культура общения, уважительное отношение к окружающим.

Метапредметные результаты

Будут развиты:

- положительная мотивация к обучению хореографии и успешному освоению программы;
- заинтересованность танцевальным искусством, приобщение к его истории и традициям, развитие художественного вкуса;
- музыкально-танцевальные способности, потребность к творческому самовыражению;
- профессиональные физические данные (техника, мастерство, сила, ловкость, гибкость, прыгучесть, танцевальный шаг, верчение и т. п.);
- музыкальная память (чувство ритма, координация движений, музыкальный слух);
- кругозор.

Предметные результаты

Учащиеся будут знать:

- правила поведения на занятии и ПДД;
- основные элементы партерной гимнастики: упражнения «Корзиночка», «Уголок», «Бабочка», «Складочка»;

– основные элементы народного, классического и современного танцев: бытовой шаг, «танцевальный» шаг с носка, шаг на полупальцах, легкий бег, 1 и 2 прямые позиции ног. 1, 2 позиции рук (подготовительное положение).

Учащиеся будут уметь:

– чувствовать характер музыкального сопровождения, выражать чувства с помощью танца;

– свободно ориентироваться в пространстве, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

– обладать базовыми хореографическими и физическими данными (сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз).

2 год обучения

Личностные результаты:

Будут сформированы:

– дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость, сила воли, чувство долга;

– стремление к активной хореографической деятельности;

– чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Метапредметные результаты:

Будут развиты:

– художественный вкус;

– способности, помогающие достижению успеха в хореографии;

– память, внимание, мышление, воображение.

Предметные результаты:

Учащиеся будут знать:

– профессиональную терминологию;

– такие построения и перестроения, как «змейка», «воротики», «спираль», «звездочка», «карусель».

Учащиеся будут уметь:

– танцевать «Польку»;

– исполнять такие элементы народно-сценического танца, как «моталочка», «ковырялочка», «гармошечка», «каблучки», дробные выстукивания;

– правильно исполнять технику хореографического движения (темперамент и моторика);

– обладать энергичностью, подвижностью, жизнерадостностью, сценическими способностями, артистизмом, желанием успешно выступать на сцене.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1. Календарный учебный график

Год обучения	1 год
Дата начала и окончания учебных периодов	15.09. 2024г –30.05. 2025г
Количество учебных часов в год	108ч
Продолжительность каникул	осенние каникулы с 28.10.2024г по 04.11.2024г
	зимние каникулы с 01.01.2025г по 09.01.2025г
	весенние каникулы с 24.03.2025г по 30.03.2025г
	летние каникулы с 01.06.25г по 31.08.25г
Год обучения	2 год
Дата начала и окончания учебных периодов	15.09. 2025г –30.05. 2026г
Количество учебных часов в год	108ч
Продолжительность каникул	осенние каникулы с 28.10.2025г по 04.11.2025г
	зимние каникулы с 01.01.2026г по 09.01.2026г
	весенние каникулы с 24.03.2026г по 30.03.2026г
	летние каникулы с 01.06.26г по 31.08.26г

1 год обучения
Форма обучения: очная

№ п/п	Месяц	№ г р	Дата		Время проведения занятия	Форма проведения занятия	Количество часов	Наименование разделов и тем	Место проведения	Форма контроля/ аттестации	Примечание
			Планируемая	Фактическая							
1.	Раздел 1. Ритмика и Танец (подготовительный этап)										
1.1	Сентябрь		16.09.24		12.55 - 13.30	Беседа	1ч.	Тема 1. «Давайте знакомиться!» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
1.2	Сентябрь		18.09.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45	Практическое занятие	2ч	Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»	Аудитория	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.	
1.3	Сентябрь		23.09.24 25.09.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 -13.30	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 3. «Построения и перестроения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
1.4			25.09.24 30.09.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 -13.30	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
1.5	Октябрь		02.10.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 5. «Активизация и развитие творческих способностей»	Аудитория	Контроль над исполнением упражнения	

1.6		07.10.24 09.10.24 14.10.24 16.10.24 21.10.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 - 13.30	Беседа. Наглядны й показ	7ч	Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
1.7		23.10.24		12.55 - 13.30	Практичес кое занятие	1ч	Тема 7. «Ритмика и танец» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольныйпрос мотризученного материала	
Вариативная часть Осенние каникулы										
	Октябрь	28.10.24		10.00 - 11.20		2ч	Тема 8. «Танцевальная страна»	Аудитория	Наблюдение	
	Ноябрь	01.11.24		10.00 - 11.20	Познавател ьная программа	2ч	Тема 9. «Музыкальная экология»	Аудитория	Наблюдение	
2.	Раздел 2. Гимнастика									
2.1	Ноябрь	06.11.24		12.55 - 13.30	Беседа	1ч	Тема 1. «Гимнастика для всех»(вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
2.2		06.11.24 11.11.24		11.25 - 12.00 12.55 - 13.30	Практическ ое занятие	2ч	Тема 2. «Дыхательные упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.3		13.11.24 18.11.24 20.11.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 - 13.30	Практическ ое занятие	4ч	Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	

2.4			20.11.24 25.11.24 27.11.24 02.12.24 04.12.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 - 13.30	Практическое занятие	6ч	Тема 4. «Силовые упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.5			04.12.24 09.12.24 11.12.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45 12.55 - 13.30	Практическое занятие	4ч	Тема 5. «Оздоровительно-акробатический комплекс»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
2.6			16.12.24 18.12.24		11.25 - 12.00 12.55 - 13.30	Практическое занятие	2ч	Тема 6. «Гибкость и релаксация»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
2.7			18.12.24 23.12.24		11.25 - 12.00 12.55 - 13.30	Практическое занятие	2ч	Тема 7. Имитационно-игровые упражнения.	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.8			25.12.24		11.25 - 12.00 12.10 - 12.45	Практическое занятие	2ч	Тема 8. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	
Вариативная часть											
Зимние каникулы											
			03.01.25		10.00 -10.35	Новогодний праздник.	1ч	Тема 8. «Волшебная сказка»	Аудитория	Наблюдение	
			08.01.25		10.00 -11.20	Коллективное чаепитие.	1ч	Тема 9. «Рождественские посиделки»	Аудитория	Наблюдение	

3.		Раздел 3. Классический танец									
3.1			13.01.25		13.10 - 13.50	Беседа.	1ч	Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
3.2			15.01.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00	Беседа. Практическое занятие	1ч	Тема 2. «Азбука классического танца»	Аудитория	Контроль над выполнением упражнений	
3.3			15.01.25 20.01.25 22.01.25 27.01.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	5ч	Тема 3. «Экзерсис у станка»	Аудитория	Анализ исполнения движений	
3.4			29.01.25 03.02.25 05.02.25 10.02.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	6ч	Тема 4. «Экзерсис на середине»	Аудитория	Анализ исполнения движений	
3.5			12.02.25 17.02.25 19.02.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	4ч	Тема 5. «Классическая партерная гимнастика»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
3.6			19.02.25 24.02.25 26.02.25 03.03.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	5ч	Тема 6. «Аллегро»	Аудитория	Анализ исполнения движений	
3.7			05.03.25		11.30 - 12.10	Практическое занятие	2ч	Тема 7. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	

4. Раздел 4. Народно-сценический танец											
4.1			10.03.25		11.20 – 12.00	Беседа. Наглядный показ	1ч	Тема 1. «Знакомимся с народами мира» (вводный урок)	Аудитория	Устный опрос	
4.2			12.03.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическ ое занятие	1ч	Тема 2. «Параллельные позиции ног»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.3			12.03.25 17.03.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическ ое занятие	3ч	Тема 3. «Позиции рук в народно- сценическом характере»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.4			19.03.25 24.03.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическ ое занятие	3ч	Тема 4. «Экзерсис на середине зала»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.5			26.03.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00	Практическ ое занятие	2ч	Тема 5. «Подготовка к вращению»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
Вариативная часть											
Весенние каникулы											
			27.03.25		10.00 – 11.30	Конкурсная программа.	1ч	Тема 10. «Весёлая капель»»»	Аудитория	Наблюдение	
			29.04.25		10.00 – 11.30	Конкурсная программа для детей и их родителей	2ч	Тема 11. «Дружная семья»	Аудитория	Наблюдение	

Инвариантная часть											
4.6			02.04.25 07.04.25 09.04.25 14.04.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	6ч	Тема 6. «Элементы этюдов и танцев»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.7			16.04.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	2ч	Тема 7. «Прыжки с поворотом»	Аудитория	Контроль над выполнением движений	
4.8			21.04.25 23.04.25 28.04.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	4ч	Тема 8. «Подготовка к дробным элементам»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.9			30.04.25		13.10 - 13.50	Практическое занятие	2ч	Тема 9. «Народные мотивы» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	
5.	Раздел 5. Современный танец										
5.1			05.05.25		13.10 - 13.50	Беседа.	1ч	Тема 1. «Особенности современного танца»(вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
5.2			07.05.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00	Беседа. Практическое занятие	1ч	Тема 2. «История танца»	Аудитория	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.	
5.3			07.05.25		13.10 - 13.50	Беседа. Практическое занятие	1ч	Тема 3. «Музыкальная грамотность»	Аудитория	Анализ усвоения материала	

5.4		12.05.25 14.05.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00	Практическое занятие	2ч	Тема 4. «Дыхание и движение»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.5		14.05.25 19.05.25 21.05.25 26.05.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00 13.10 - 13.50	Практическое занятие	5ч	Тема 5. «Координационно-ритмичная основа танца»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.6		28.05.25		11.30 - 12.10 12.20 - 13.00	Практическое занятие	2ч	Тема 7. «Дети современности» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала Промежуточная аттестация «Тесты для определения анатомо-физиологических особенностей учащихся» (Приложение № 4)	

2 год обучения

Форма обучения: очная

№ п/п	Месяц	№ гр	Дата		Время проведения занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Наименование разделов и тем	Место проведения	Форма аттестации/контроля	Примечание
			Планируемая	Фактическая							
1.	Раздел 1. Ритмика и Танец										
1.1	Сентябрь		02.09.24		14.00-14.35	Беседа	1ч.	Тема 1. «И снова здравствуйте!» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
1.2	Сентябрь		04.09.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 2. «Элементы классического, народного и современного танцев»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
1.3	Сентябрь		09.09.24 1.09.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 3. «Построения и перестроения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
1.4			11.09.24 6.09.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Наглядный показ	2ч	Тема 4. «Музыкально-пространственные композиции»	Аудитория	Анализ выполнения упражнений	
1.5	Октябрь		18.09.24		14.45-15.20	Беседа.	2ч	Тема 5. «Активизация и	Аудитор	Контроль над	

					15.25-16.00	Наглядный показ		развитие творческих способностей»	ия	исполнением упражнения	
1.6			23.09.24 25.09.24 30.09.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Наглядный показ	4ч	Тема 6. «Элементы партерной гимнастики»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
1.7			02.10.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 7. «Танцевальная ритмика» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	
2.	Раздел 2. Гимнастика										
2.1	Ноябрь		07.10.24		10.00-11.20	Беседа	2ч	Тема 1. «Гимнастика для всех» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
2.2			09.10.24		10.00-11.20	Практическое занятие	2ч	Тема 2. «Дыхательные упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	

2.3			14.10.24 16.10.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 3. «Общеразвивающие упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.4			16.10.24 21.10.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 4. «Основные акробатические упражнения»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.5			23.10.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 5. «Оздоровительно-акробатический комплекс»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
Вариативная часть Осенние каникулы											
	Октябрь		28.10.24		10.00-11.20	Осенний праздник.	1ч	Тема 8. «Осенний урожай»	Аудитория	Наблюдение	
	Ноябрь		03.11.24		10.00-11.20	Конкурсная программа для всей семьи.	1ч	Тема 9. «Дружная семья»	Аудитория	Наблюдение	
Инвариантная часть											
2.6			06.11.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 6. «Оздоровительно-релаксационные упражнения»	Аудитория	Анализ усвоения материала.	

2.7			11.11.24 13.11.24 18.11.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	4ч	Тема 7. «Силовые перемещения, игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений»	Аудитория	Анализ выполнения упражнения	
2.8			20.11.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 8. «Корректирующая гимнастика»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
2.9			25.11.24		14.00-14.35	Практическое занятие	1ч	Тема 9. «Весёлая гимнастика» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	
3.	Раздел 3. Классический танец										
3.1			27.11.24		14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа.	1ч	Тема 1. «Мир классического танца» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
3.2	Декабрь		27.11.24 02.12.24 04.12.24 09.12.24 11.12.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Практическое занятие	6ч	Тема 2. «Экзерсис у станка»	Аудитория	Контроль над выполнением упражнений	
3.3			11.12.24 16.12.24 18.12.24 23.12.24 25.12.24		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	7ч	Тема 3. «Экзерсис на середине»	Аудитория	Анализ исполнения движений	

3.4			30.12.24		14.00-14.35	Практическое занятие	1ч	Тема 6. «Мы любим классический танец» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала	
Вариативная часть											
Зимние каникулы											
			05.01.25		10.00-11.20	Зимний праздник.	2ч	Тема 7. «В гостях у сказки»	Аудитория	Наблюдение	
			07.01.25		10.00-11.20	Экологический квест.	2ч	Тема 8. «Соберём снежинки вместе»	Аудитория	Наблюдение	
4.	Раздел 4. Народно-сценический танец										
4.1	Январь		13.01.25		14.00-14.35	Беседа. Наглядный показ	1ч	Тема 1. «Мир народно-сценического танца» (вводное занятие)	Аудитория	Устный контроль	
4.2			15.01.25		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 2. «Комплекс упражнений для разогрева»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.3			20.01.25 22.01.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 3. «Выворотные позиции ног»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.4			22.01.25 27.01.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 4. «Позиции и положения рук»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
4.5			29.01.25		14.00-14.35	Практическое	6ч	Тема 5. «Экзерсис у	Аудитория	Анализ	

			03.02.25 05.02.25 10.02.25		14.45-15.20 15.25-16.00	е занятие		станка»	я	усвоения материала	
4.6			12.02.25		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическо е занятие	2ч	Тема 6. «Прыжки в комбинациях»	Аудитори я	Анализ усвоения материала	
4.7			17.02.25 19.02.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическо е занятие	2ч	Тема 7. «Вращения»	Аудитори я	Контроль над выполнением движений	
4.8			19.02.25		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическо е занятие	1ч	Тема 8. «Мужская техника»	Аудитори я	Анализ усвоения материала	
4.9			26.02.25 03.03.25 05.03.25 12.03.25 17.03.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическо е занятие	8ч	Тема 9. «Этюды и танцы»	Аудитори я	Анализ усвоения материала	
4. 10			19.03.25		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическо е занятие	2ч	Тема 10. «Народные мотивы» (итоговое занятие)	Аудитори я	Контрольный просмотр изученного материала	
Вариативная часть Весенние каникулы											
			25.03.25		10.00 –12.40 12.00 –13.40	Конкурсная программа.	2ч	Тема 11. «Весёлые каникулы»	Аудитори я	Наблюдение	
			30.03.25		10.00 –12.40 12.00 –13.40	Мастер- класс.	2ч	Тема 12. «Новое движение»	Аудитори я	Наблюдение	

5. Раздел 5. Современный танец											
5.1	Апрель		31.03.25		14.00-14.35	Беседа.	1ч	Тема 1. «Мир современного танца» (вводное занятие)	Аудитория	Устный опрос	
5.2			02.04.25 07.04.25 09.04.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Практическое занятие	4ч	Тема 2. «Диско». «Хип-хоп».	Аудитория	Самооценка обучающихся своих знаний и умений.	
5.3			09.04.25 14.04.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Беседа. Практическое занятие	2ч	Тема 3. «Азбука музыкально-пластического движения»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.4			16.04.25		14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 4. «Основы организации правильного дыхания»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.5	Апрель-май		21.04.25 23.04.25 28.04.25 30.04.25		14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	6ч	Тема 5. «Кординационно-ритмические основы танца»	Аудитория	Анализ усвоения материала	

5.6			05.05.25 07.05.25 12.05.25 14.05.25	14.00-14.35 14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	6ч	Тема 6. «Базовые элементы танцевальных стилей «Диско», «Хип-хоп»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.7			19.05.25	14.00-14.35	Практическое занятие	1ч	Тема 7. «Танцевальная импровизация»	Аудитория	Анализ усвоения материала	
5.8			21.05.24	14.45-15.20 15.25-16.00	Практическое занятие	2ч	Тема 8. «Дети современности» (итоговое занятие)	Аудитория	Контрольный просмотр изученного материала Промежуточная аттестация «Тестовые задания и система развития знаний, умений и навыков воспитанников»(Приложение № 3)	

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально–техническое и информационное обеспечение

Помещение для занятий должно соответствовать требованиям и нормам СанПиНа, должно быть просторным, светлым, сухим, теплым, хорошо проветриваемым и по объёму и размерам полезной площади соответствовать числу занимающихся, а так же оснащено всем необходимым оборудованием:

- зеркала;
- музыкальный материал для проведения занятий;
- аудиоаппаратура с флеш-носителем;
- музыкальная фонотека;
- коврики,
- мячики;
- танцевальная форма, танцевальные костюмы;
- наглядные пособия и методические разработки,
- специальная литература.

2.2.2. Кадровое обеспечение

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Вдохновение» разработала педагог дополнительного образования.

Квалификация педагогического работника соответствует квалификационным характеристикам, установленным Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н.

Педагог обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов обучения исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы.

Педагог проводит занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, а также современных

информационных технологий. Педагог уделяет большое внимание, развитию самостоятельной деятельности обучающихся, осуществляя связь обучения с практикой.

2.3. Воспитательный потенциал

Цель: воспитание духовно развитой личности с позитивным отношением к жизни, творчеству и активной жизненной и гражданской позицией средствами хореографии, экологическое воспитание.

Задачи: воспитывать гражданско-патриотические и моральные качества личности, восприятие художественных ценностей, уважение к окружающему миру, экологии, традициям, добросовестное отношение к учебной и трудовой деятельности, желание и стремление к самопознанию, самовоспитанию, самосовершенствованию.

Во время учебного процесса проводятся тематические беседы, осуществляется участие в мероприятиях, которые посвящаются:

- Дню пожилого человека;
- Дню народного единства;
- Дню матери;
- Дню защитника отечества;
- Дню Победы.

Так же воспитательная работа направлена на здоровый образ жизни, гражданскую позицию и профориентацию.

Осуществляется работа с родителями для создания единой воспитательной деятельности.

План воспитательной работы

1 год обучения

Месяц	Название мероприятия	Форма	Возраст участников	Адрес (место проведения): улица, дом, кабинет
октябрь-ноябрь	«Танцевальная страна».	Конкурсная программа.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А

	«Музыкальная экология».	Познавательная программа.		
декабрь-январь	«Волшебная сказка». «Рождественские посиделки»	Новогодний праздник. Коллективное чаепитие.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А
март-апрель	«Весёлая капель». «Дружная семья».	Конкурсная программа. Конкурсная программа для всей семьи.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А
май	«Танцуют все!» «Новое движение».	Танцевальный марафон. Мастер-класс.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А

2 год обучения

Месяц	Название мероприятия	Форма	Возраст участников	Адрес (место проведения): улица, дом, кабинет
октябрь-ноябрь	«Осенний урожай». «Дружная семья».	Осенний праздник. Конкурсная программа для всей семьи.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А
декабрь-январь	«В гостях у сказки». «Соберем снежинки вместе».	Зимний праздник. Экологический квест.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А
март-апрель	«Весёлые каникулы». «Новое движение».	Конкурсная программа. Мастер-класс.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А
май	«Танцуют все!»	Танцевальный марафон.	5-12 лет	Ул. Туркестанская 11А

2.4. Формы контроля/ аттестации

При реализации программы используется несколько видов контроля.

Входящий контроль направлен на выявление знаний, умений и навыков обучающихся по предмету. Он позволяет определить начальный (исходный)

уровень знаний и умений, чтобы использовать его как фундамент, ориентироваться на допустимую сложность учебного материала.

Текущий контроль осуществляется в повседневной работе по мере прохождения темы, раздела, с целью проверки усвоения материала и выявления пробелов в знаниях учащихся. Он позволяет получить непрерывную информацию о ходе и качестве усвоения учебного материала и на основе этого оперативно вносить изменения в учебный процесс (Приложение №2, Приложение №3).

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося, степень освоения им учебных задач в конце каждого учебного года и осуществляется в форме различных тестовых заданий и систем развития знаний, умений и навыков, контрольных просмотров (в завершении 1 года обучения по программе осуществляется промежуточная аттестация и учащиеся переводятся на 2 года обучения).

Итоговая аттестация направлена на проверку конкретных результатов обучения, выявление степени усвоения учащимися системы знаний, умений и навыков по завершению освоения образовательной программы. Проходит в виде показательного выступления в рамках школьных, городских, областных мероприятий, конкурсов, фестивалей (итоговая аттестация осуществляется в конце третьего года, по завершению обучения учащихся по образовательной программе).

2.5. Оценочный материал

Критерий диагностики	Показатель диагностики	Название, автор методики
Личностный результат	Внутренняя позиция обучающегося	Диагностическая карта «Оценка уровня воспитанности детей» Н.П. Капустина

Метапредметный результат	Определение психологического климата группы	Диагностика уровня развития учащихся творческого объединения «Вдохновение»
Образовательный (предметный) результат	Показатель уровня сформированности хореографических знаний.	Промежуточная диагностика по хореографии

2.6. Методический материал

Особенности содержания образовательного процесса, реализуемого в хореографическом зале, является спиралевидное усложнение изучаемого материала и видов деятельности учащихся: предусматривается обучение «от простого к сложному», учебный материал усложняется, происходит совершенствование учащимися знаний, умений, навыков на новом витке развития.

Методы, используемые при работе:

- объяснительно-иллюстративный или репродуктивный метод;
- проблемно-поисковый (эвристический) метод;
- словесный метод;
- наглядный метод;
- практический метод;
- метод контроля и самоконтроля;
- методы воспитания.

В программе так же используются такие методы и формы занятий, как мотивация и стимулирование, когда на первых занятиях педагог формирует интерес обучающихся к обучению и самому себе, создавая ситуацию успеха в учебном процессе, используя при этом:

- аудиовизуальные, практические занятия;
- подвижные игры;
- методы эмоционального стимулирования;

- самостоятельные задания;
- анализ, обобщение, систематизацию полученных знаний и умений;
- проблемные, поисковые формы занятий;
- выполнение работ под руководством педагога;
- дозированная помощь;
- контроль в виде экспертизы, анализа и коррекции; взаимоконтроль, самоконтроль, которые могут быть устными.

Программой предусмотрен методический материал:

- аудиоаппаратура с флеш-носителем;
- презентации;
- коврики;
- зеркала;
- гимнастический мяч;
- гимнастический блок;
- хореографический станок;
- скакалка.

Алгоритм учебного занятия

В целом учебное занятие любого типа как модель можно представить в виде последовательности следующих этапов: организационного, проверочного, подготовительного, основного, контрольного, рефлексивного (самоанализ), итогового, информационного.

Каждый этап отличается от другого сменой вида деятельности, содержанием и конкретной задачей. Основанием для выделения этапов может служить процесс усвоения знаний, который строится как смена видов деятельности учащихся: восприятие – осмысление – запоминание – применение – обобщение – систематизация.

1 этап: организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

2 этап: проверочный.

Задача: установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если было), выявление пробелов и их коррекция.

Содержание этапа: проверка домашнего задания (творческого, практического), проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

3 этап: подготовительный (подготовка к новому содержанию).

Задача: обеспечение мотивации и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (к примеру, эвристический вопрос, познавательная задача, проблемное задание детям).

4 этап: основной. В качестве основного этапа могут выступать следующие:

Усвоение новых знаний и способов действий

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

Первичная проверка понимания

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений и их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

Закрепление знаний и способов действий.

Задача: обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. Применяют тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

5 этап: контрольный

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

6 этап: итоговый

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

Содержание этапа: педагог сообщает ответы на следующие вопросы: как работали на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели? Поощряет ребят за учебную работу.

7 этап: рефлексивный

Задача: мобилизация детей на самооценку. Может оцениваться работоспособность, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

8 этап: информационный.

Задача: обеспечение понимания логики дальнейших заданий, цели, содержания, способов выполнения.

Содержание: Определение перспективы следующих занятий.

Изложенные этапы могут по-разному комбинироваться, какие-либо из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей.

3. Список литературы

Нормативно-правовые документы.

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- Национальным проектом «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10).
- Федеральным проектом «Патриотическое воспитание» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10)
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (от 03.09.2019 г. № 467);
- Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 27.07.2022 г. № 629);
- Постановлением Правительства Оренбургской области «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития системы

дополнительного образования детей Оренбургской области» (от 04.07.2019 г. № 485 - пп);

– Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 1-ФКЗ (ред. от 12 марта 2014 г.) «О Государственном флаге Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 1 сентября 2014 г.);

– Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 2-ФКЗ (ред. от 20 декабря 2017 г.) «О Государственном гербе Российской Федерации»;

– Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 3-ФКЗ (ред. от 21 декабря 2013 г.) «О Государственном гимне Российской Федерации»;

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 г. № 28);

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (от 28.01.2021 г. № 2)(разд.VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

– Письмом Министерства просвещения России от 31.01.2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

– Рабочей концепции одаренности. Министерство образования РФ, Федеральная целевая программа «Одаренные дети», 2003 г.;

- Уставом МАУДО «Детский эколого-биологический центр»;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в МАУДО «Детский эколого-биологический центр».

Литература для педагогов:

- Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих) / Н.А. Александрова, В.А. Голубева.// - М.: Лань, Планета музыки- 2019, - С. 691.
- Аловерт, Нина Борис Эйфман. Вчера, сегодня...: моногр. / Нина Аловерт. // - М.: Балтийские сезоны, 2015. С. 258.
- Ауэрбах, Л. Л. Ауэрбах. Рассказы о вальсе / Л. Ауэрбах. - М.: Советский композитор, 2020, С. 336.
- Буйлова, Л.Н. Специфические особенности методического сопровождения и программно-методического обеспечения деятельности педагога в условиях создания новых мест дополнительного образования: от дополнительной общеразвивающей программы к учебно-методическому комплексу / Л. Н. Буйлова // Про-ДОД. – 2022. – № 6(42). – С. 5-16.
- Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2020.

Для учащихся:

- Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 2021. С.241;
- Жданов Л.В. Вступление в балет.- М.: Планета, 2000, С.523;
- Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 2003, С. 201;
- Ромм В. Большой театр Сибири. - Новосибирск, 1990, С. 156;

Для родителей:

- Авилова С.А. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений» // Т. В. Калинина - Волгоград: Учитель, 2018г., С. - 524;

– Ротерс Т. Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»- М.: Просвещение, 2020, С. 128;

– Дереклеева Н. И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы».- М.: ВАКО, 2020, С. - 321;

4. Приложение

Приложение 1

Техника безопасности на занятиях хореографического коллектива

«Вдохновение»

1. Требования безопасности перед началом работы

1. Дети и подростки обязаны прослушать инструктаж педагога по технике безопасности.

2. Педагог должен подготовить помещение, где проводятся занятия: проветрить, проверить исправность аппаратуры, наличие реквизита и музыкальных материалов, проверить достаточность освещения.

3. Перед включением аппаратуры проверить исправность шнуров, электророзеток.

2. Техника безопасности во время работы

1. Содержать помещение для занятий в чистоте, не допускать загромождения входов-выходов посторонними предметами.

2. Без разрешения педагога не включать теле-, видео-, аудиоаппаратуру.

3. Использовать электророзетки только по назначению.

4. О неисправностях аппаратуры сообщать педагогу.

5. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

6. На занятиях ребенок (подросток) должен надеть специальную форму (трико, купальник), специальную обувь, волосы собрать заколкой.

7. Не садиться и не виснуть на балетных станках.

8. Запрещается подходить и играть на фортепиано во избежание травм крышкой.

9. Запрещается сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна.

10. Бережно и аккуратно обращаться с реквизитом и сценическими костюмами.

11. В случае травмы, недомогания ребенок должен обратиться к педагогу.

3. Требования безопасности при аварийных ситуациях

1. При прекращении электроэнергии сообщить педагогу, который должен отключить аппаратуру из сети (розетки) и всем покинуть помещение.
2. При затоплении помещения, при возникновении пожара сообщить педагогу, директору, который должен отключить электроприборы из сети, покинуть помещение.

Приложение 2

Тестовые задания и система развития знаний, умений и навыков воспитанников хореографического коллектива «Вдохновение»

Система тестовых заданий разработана с учетом возрастных особенностей детей и предназначена для индивидуальной диагностики детей, поступающих в хореографический коллектив «Вдохновение». Данные задания позволяют выявить их природные данные (осанку, выворотность ног, балетный шаг, прыжок), музыкальность, эмоциональность, память на движения, артистизм и творческую активность.

Это позволяет снять психологический зажим, установить непринужденные отношения между педагогом и ребенком. Проведение диагностики необходимо для развития ребенка, выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей, состояния его эмоциональной сферы.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и эмоционального развития ребенка.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

В ходе тестирования детей первого года обучения определяется уровень их природных данных, музыкальности, ритмичности и возможности их развития.

Тестовые задания второго года обучения дают представление об уровне общего музыкально-ритмического развития, внимания и трудолюбия ребенка.

Тестовые задания третьего года обучения дают представление о степени интереса и любви к искусству хореографии, уровне мышечной памяти и эмоционально-творческого потенциала ребенка.

Тестовые задания четвертого года обучения дают представление о знаниях учащихся в области классического, народного и эстрадного танца, развитии кругозора детей и их творческих способностей.

Первый год обучения

Задание №1. Подъем стопы.

Сначала определяется подъем стопы при выворотном положении ног. Проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Из 1 позиции нога выдвигается в сторону (в положение 2 позиции), колено выпрямляется.

Осторожными усилиями рук педагог проверяет эластичность и гибкость стопы ребенка. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму. Если это сделать невозможно, значит, подъема нет.

- большой и эластичный - 3 балла;
- средний - 2 балла;
- маленький и сухой - 1 балл.

Задание №2. «Шаг» или «Балетный шаг».

Высота «Шага» или «Балетного шага» определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед и назад. Сначала проверяется одна нога, затем другая. Для проверки балетного шага ребенок выводится на середину зала. Из 1 позиции ног (при правильном положении корпуса) работающую ногу, в выворотном положении, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъемом поднимают сначала в сторону до той высоты, до какой позволяет бедро. После проверки величины пассивного (производимого с посторонней помощью) шага проверяется активный шаг (способность поднять ногу самому). Критерием тут служит высота, на которую ребенок может поднять ногу: для мальчиков норма не

ниже 90° ,для девочек- выше 90° .Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

- нога поднимается выше 90° - 3 балла;
- нога поднимается на 90° - 2 балла;
- нога поднимается ниже 90° - 1балл.

Задание№3 Высота прыжка.

Делается самостоятельно на месте 4-8 раз. Проверяется высота прыжка, который выполняется при свободном положении ног с предварительным маленьким приседанием. Обращается внимание на силу толчка от пола и мягкость приземления. В момент прыжка ребенок сильно вытягивает пальцы ног.

- высокий прыжок - 3 балла;
- средний прыжок -2 балла;
- низкий прыжок -1 балл.

Задание№4. Позволяет выявить уровень общего музыкального развития. Ребенку предлагается спеть любую песню, которую он знает.

- интонационно и ритмически точное исполнение - 3 балла;
- исполнение с некоторыми неточностями - 2 балла;
- исполнение песни при поддержке инструмента -1 балл.

Задание №5. Позволяет выявить уровень развития чувства ритма и ритмической памяти.

Ребенку предлагается повторить за педагогом ритм - прохлопать определенный ритмический рисунок.

- правильное повторение - 3балла;
- повторение с ошибками - 2 балла;
- затрудняется повторить - 1 балл.

Задание №6.Постановка корпуса. Осанка.

Основа осанки - позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно. Направление линии позвонков при этом строго вертикально.

В нормальной осанке ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие тела.

В осанке детей бывают заметны различные отклонения. Такие отклонения, как сколиоз, кифоз, могут быть исправлены.

- нормальная (правильная) осанка - 3 балла;
- нарушение осанки (сутулость) - 2 балла;
- сколиоз, кифоз, лордоз -1 балл.

Приложение 3

Тесты для определения анатомо-физиологических особенностей детей, учащихся в хореографических коллективах(осанка, выворотность ног, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок).

В последнее время работа хореографа стала иметь свою специфику: часто в хореографическом коллективе занимаются дети, которые не проходят специального отбора. Кроме того, во многих районах с неблагоприятной демографической ситуацией и экономическим положением педагог-хореограф вынужден и в клубах, и танцевальных коллективах работать со всеми детьми, желающими заниматься танцами. Таким образом, перед педагогом ставятся дополнительные задачи, такие, как устранение, исправление анатомо-физиологических недостатков обучающихся. С нашей точки зрения, в данных условиях, успешное решение задач учебно-воспитательной работы становится возможным только при тщательном изучении анатомо-физических особенностей учащихся, данных музыкально-ритмической координации, чувства ритма и др.

Для решения поставленных задач нами был подобран ряд тестов для определения анатомо-физических особенностей учащихся, которые

проводятся в начале учебного года и помогают педагогу определить, на что необходимо обратить внимание в первую очередь. Подобные тесты проводятся и в конце учебного года для оценки эффективности проведенных занятий. Тесты построены на трех балльной системе: высокий уровень – 1 балл, средний уровень – 2 балла, низкий уровень – 3 балла. Оценка анатомо-физиологических особенностей будущих участников хореографического коллектива может быть проведена по следующим позициям:

Пропорции тела:

ДОЛИХОМОРФНАЯ – узкое туловище, плечи и таз. Относительно длинные ноги и руки, само же туловище сравнительно короткое.

БРАХИМОРФНАЯ – длинное и широкое туловище и короткие руки и ноги.

МЕЗОМОРФНАЯ – средняя форма строения тела, промежуточная между двумя предыдущими.

Осанка. Каждый хореограф знает насколько важно для ребенка иметь правильную осанку. Изгибы позвоночника должны быть выражены умеренно. Отклонения в осанке – асимметрия лопаток (незначительный сколиоз), поясничный лордоз, сутулость (кифоз) – могут быть исправлены в ходе занятий. Кроме того, как отклонения в осанке рассматриваются О-образные и Х-образные ноги. Серьёзным недостатком осанки является плоскостопие.

Выворотность. Под выворотностью понимается способность развернуть ноги (бёдра, голени и стопы) в положении *endedan*, при правильно поставленном корпусе бёдра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. Для определения выворотности необходимо проделать ряд следующих действий:

1. Поставить ребёнка к станку в первую позицию, придерживая туловище в вертикальном положении. Попросить его глубоко присесть, отрывая постепенно пятки, чтобы бёдра раскрылись в стороны. Взяв руками за бёдра, выше колен, помочь раскрыться. Пронаблюдать легко или с трудом ребёнок это делает. Необходимо помнить, что при хорошей выворотности оба

колена свободно уходят в стороны по линии надплечий, а тазобедренная часть и бёдра образуют прямую линию.

2. Попросить ребенка выполнить упражнения «лягушка»: ребенок лежит на спине. Мы подтягиваем стопы к ягодицам и раскрываем его бёдра в стороны. Необходимо следить, чтобы у ребенка не было прогиба в пояснице. Если колени испытуемого свободно прилегают к полу, значит выворотность в тазобедренных суставах хорошая.

3. Попросить ребёнка встать боком к станку в позицию. Он, придерживаясь за палку, поднимает ногу на 90^0 (педагог может ему помогать) и отводит ногу назад. При этом необходимо следить, чтобы нога сохраняла выворотное положение. Если выворотность у ребенка недостаточная, то пятка и нога при отводе их назад не сохраняют выворотности всей ноги.

Особое внимание при определении выворотности ног следует обратить:

- на строение тазобедренного сустава, степень податливости ноги, способность всей ноги занять выворотное положение;

- на резко выраженные X-образные ноги, что иногда обуславливается слабостью связочно-мышечного аппарата, и отрицательно сказывается при занятиях хореографией;

- на возможность растягивания внутренних связок коленного сустава специальными упражнениями;

- на носки ребенка, которые могут быть повёрнуты наружу или внутрь.

При этом нужно учитывать, что формирование строения ног к 12 годам заканчивается, формируются голеностопные суставы.

Стопа. Подъём стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочерёдно: сначала одна нога, затем другая. Из первой позиции нога выдвигается в сторону (во вторую позицию), колено выпрямляется. Педагог осторожно проверяет эластичность и гибкость стопы. При наличии подъёма стопа податливо изгибается, образуя месяцеобразную форму по профилю. Стопа может быть нормальная, сводчатая или плоская, подъём – высокий, средний или маленький.

Балетный шаг. Высота балетного шага определяется при выворотном положении ног в трёх направлениях: в сторону, вперёд, назад. Для определения данных параметров необходимо ребёнка поставить боком к станку или пригласить его выйти на середину зала. Из первой позиции рабочую ногу в выворотном положении, выпрямленную в колене и с вытянутым подъёмом поднимают в сторону до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. После проверки величины пассивного шага проверяется активный шаг, то есть способность самому поднять ногу. Педагогу необходимо обратить внимание на то, насколько высоко поднимается нога. Помните, что амплитуда шага способствует высоте прыжка.

Гибкость тела. Гибкость тела является одним из главных профессиональных требований для танцора. Она проверяется величиной прогиба назад и вперёд. Для ее определения необходимо поставить ребёнка так, чтобы ноги были прямые, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Когда ребенок наклоняется назад, педагогу нужно обратить внимание на правильность прогиба в области верхних грудных и нижних поясничных позвонков. Затем ребенок осуществляет медленный наклон вперёд, стараясь достать корпусом и головой колени, обхватив руками голеностопы ног.

Прыжок. Основное положение – свободное положение ног, с предварительным коротким приседанием. Прыжок выполняется несколько раз подряд. Обращаем внимание на выпрямление ног, на работу ног и стопы, силу толчка от пола и мягкость приземления. В момент прыжка требуется оттянуть пальцы ног вниз. Высота прыжка находится в прямой зависимости от силы отталкивания и от силы тяжести тела. Отдельные звенья тела должны находиться в состоянии неподвижности.

Музыкально-ритмическая координация. Это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве. Для определения развития музыкально-ритмической координации нами были подобраны следующие упражнения:

а) упражнение «Поймай нос»: ребенок одной рукой держит ухо, другой нос, по хлопку он должен поменять руки. Темп задания постепенно увеличивается;

б) упражнение «Круги»: ребенок одной рукой гладит затылок по часовой стрелке, другой рукой область желудка против часовой стрелке, по хлопку он должен поменять руки.

Чувство ритма. Для определения развитости чувства ритма ребенку необходимо повторить ритмический рисунок, прохлопать музыкальный фрагмент.

Табл.1. Карта контроля (ФИО).

Параметры	Данные	
	Начало занятий	Конец занятий
ГИБКОСТЬ		
ПРЫЖОК		
ВЫВОРОТНОСТЬ		
УСТОЙЧИВОСТЬ		
ВЫСОТА БАЛЕТНОГО ШАГА		
МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ КООРДИНАЦИЯ		
ПРОПОРЦИИ ТЕЛА		
ОСАНКА		
СТОПА		
ОБЩИЙ БАЛЛ, УРОВЕНЬ (ВЫСОКИЙ, СРЕДНИЙ, НИЗКИЙ)		

Устойчивость. Важную роль в осанке играет нормальная работа вестибулярного аппарата, координация, общее хорошее физическое развитие. Для определения координации движений ребенку предлагается выполнить следующие упражнения:

а) «Ласточка» на полупальцах.

б) «Стойкий оловянный солдатик»: ребенок должен с закрытыми глазами простоять на одной ноге некоторое время, вытянув руки вперед.

в) «Дорожка»: испытуемый должен пройти вперёд по прямой с закрытыми глазами.

Для облегчения сопоставления и сравнения полученных данных будущего участника танцевальной студии нами была разработана карта контроля детей (Табл.1).

Приложение 4

Определение психологического климата группы

Психологический климат на эмоциональном уровне отражает сложившиеся в коллективе взаимоотношения, характер делового сотрудничества, отношение к значимым явлениям жизни. Складывается же психологический климат за счёт «психологической атмосферы» – группового эмоционального состояния, которая, в свою очередь создается ситуативными эмоциональными состояниями коллектива. Для общей оценки некоторых основных проявлений психологического климата коллектива можно воспользоваться картой-схемой Л.Н. Лутошкина.

Здесь в левой стороне листа описаны те качества коллектива, которые характеризуют благоприятный психологический климат, в правой – качества коллектива с явно неблагоприятным климатом. Степень выраженности тех или иных качеств можно определить с помощью семибальной шкалы, помещённой в центре листа (от +3 до -3). Используя схему, следует прочесть сначала предложение слева, затем справа и после этого знаком «+» отметить в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует истине. Надо иметь в виду, что оценки означают:

+3 – свойство, указанное слева, проявляется в данном коллективе всегда;

+2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

+1 – свойство проявляется достаточно часто;

0 – ни это, ни противоположное (указанное справа) свойства не проявляются достаточно

ясно, или то и другое проявляются в одинаковой степени;

-1 –достаточно часто проявляется противоположное свойство (указанное справа);

– 2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

– 3 – свойство проявляется всегда.

Чтобы представить общую картину психологического климата коллектива, надо сложить все положительные и отрицательные баллы. Полученный результат может служить условной характеристикой психологического климата большей или меньшей степени благоприятности.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА ГРУППЫ

Бланк тестируемого _____

Положительные особенности	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3	Отрицательные особенности
Преобладает бодрое и жизнерадостное настроение								Преобладает подавленное настроение, пессимистический тон
Преобладают доброжелательность во взаимоотношениях, взаимные симпатии								Преобладают конфликтность в отношениях, агрессивность, антипатии
В отношениях между группировками внутри коллектива существует взаимное расположение и понимание								Группировки конфликтуют между собой
Членам коллектива нравится бывать вместе, участвовать в совместных делах, вместе проводить свободное время								Члены коллектива проявляют безразличие к более тесному общению, выражают отрицательное отношение к совместной деятельности
Успехи или неудачи отдельных членов коллектива вызывают сопереживание, участие всех членов коллектива								Успехи и неудачи членов коллектива оставляют равнодушными остальных, а иногда вызывают зависть и злорадство
Преобладают одобрение и поддержка, упреки и критика высказываются с добрыми побуждениями								Критические замечания носят характер явных и скрытых выпадов
Члены коллектива с уважением								В коллективе каждый считает своё мнение главным и

относятся к мнению друг друга								нетерпим к мнениям товарищей
В трудные для коллектива минуты происходит эмоциональное соединение по принципу «один за всех, все за одного»								В трудных случаях коллектив «раскисает», появляется растерянность, возникают ссоры, взаимные обвинения
Достижения или неудачи коллектива переживаются всеми как свои собственные								Достижения или неудачи всего коллектива не находят отклика у его отдельных представителей
Коллектив участливо и доброжелательно относится к новым членам, старается помочь им освоиться								Новички чувствуют себя лишними, чужими, к ним нередко проявляется враждебность
Коллектив активен, полон энергии								Коллектив пассивен, инертен
Коллектив быстро откликается, если нужно сделать полезное дело								Коллектив невозможно поднять на совместное дело, каждый думает только о собственных интересах
В коллективе существует справедливое отношение ко всем членам, здесь поддерживают слабых, выступают в их защиту								Коллектив подразделяется на «привилегированных» и «пренебрегаемых», здесь презрительно относятся к слабым, высмеивают их
У членов коллектива проявляется чувство гордости за свой коллектив, если его отмечают руководители								К похвалам и поощрениям коллектива здесь относятся равнодушно

Приложение 5

Анкета незаконченных предложений

«Мотивы учения»

Дата _____

Ф.И.воспитанника _____

Дорогой друг! Внимательно прочитай каждое неоконченное предложение и предлагаемые варианты ответов к нему. Подчеркни два варианта ответов, которые совпадают с твоим собственным мнением.

1. Обучение в школе и знания необходимы мне для...

а) получения хороших отметок;

- б) продолжения образования, поступления в институт;
- в) поступления на работу;
- г) того, чтобы получить хорошую профессию;
- д) саморазвития, чтобы быть образованным и содержательным человеком;
- е) солидности.

2. Я бы не учился, если бы...

- а) не было школы;
- б) не было учебников;
- в) не воля родителей;
- г) мне не хотелось учиться;
- д) мне не было интересно;
- е) не мысли о будущем;
- ж) не долг перед Родиной;
- з) не хотел поступить в вуз и иметь высшее образование.

3. Мне нравится, когда меня хвалят за...

- а) хорошие отметки;
- б) приложенные усилия и трудолюбие;
- в) мои способности;
- г) выполнение домашнего задания;
- д) хорошую работу; е) мои личные качества.

4. Мне кажется, что цель моей жизни...

- а) получить высшее образование;
- б) мне пока неизвестна;
- в) стать отличником;
- г) состоит в учебе;
- д) получить хорошую профессию;
- е) принести пользу моей Родине.

5. Моя цель на уроке...

- а) слушать и запоминать всё, что сказал учитель;

- б) усвоить материал и понять тему;
- в) получить новые знания;
- г) сидеть тихо, как мышка;
- д) внимательно слушать учителя;
- е) получить пятёрку.

6. Когда я планирую свою работу, то...

- а) сравниваю её с имеющимся у меня опытом;
- б) тщательно продумываю все её аспекты;
- в) сначала стараюсь понять ее суть;
- г) стараюсь сделать это так, чтобы работа была выполнена полностью;
- д) обращаюсь за помощью к старшим;
- е) сначала отдыхаю.

7. Самое интересное на уроке – это...

- а) различные игры по изучаемой теме;
- б) объяснения учителем нового материала;
- в) изучение новой темы;
- г) устные задания;
- д) классное чтение;
- е) общение с друзьями;
- ж) стоять у доски, то есть отвечать.

8. Я изучаю материал добросовестно, если...

- а) он мне нравится;
- б) он лёгкий;
- в) он мне интересен;
- г) я его хорошо понимаю;
- д) меня не заставляют;
- е) мне не дают списать;
- ж) мне надо исправить двойку.

9. Мне нравится делать уроки, когда...

- а) они несложные;
- б) остается время погулять;
- в) они интересные;
- г) есть настроение;
- д) нет возможности списать;
- е) всегда, так как это необходимо для глубоких знаний.

10. Учиться лучше меня побуждает (побуждают)...

- а) мысли о будущем;
- б) родители и (или) учителя;
- в) возможная покупка желаемой вещи;
- г) низкие оценки;
- д) желание получать знания;
- е) желание получать высокие оценки.

11. Я более активно работаю на занятиях, если...

- а) ожидаю похвалы;
- б) мне интересна выполняемая работа;
- в) мне нужна высокая отметка;
- г) хочу больше узнать;
- д) хочу, чтобы на меня обратили внимание;
- е) изучаемый материал мне понадобится в дальнейшем.

12. Хорошие отметки – это результат...

- а) хороших знаний;
- б) моего везения;
- в) добросовестного выполнения мной домашних заданий;
- г) помогли друзей;
- д) моей упорной работы;
- е) помощи родителей.

13. Мой успех в выполнении заданий на уроке зависит от...

- а) настроения;

- б) трудности заданий;
- в) моих способностей;
- г) приложенных мной усилий;
- д) моего везения;
- е) моего внимания к объяснению учебного материала учителем.

14. Я буду активным на уроке, если...

- а) хорошо знаю тему и понимаю учебный материал;
- б) смогу справиться с предлагаемыми учителем заданиями;
- в) считаю нужным всегда так поступать;
- г) меня не будут ругать за ошибку;
- д) я уверен, что отвечу хорошо;
- е) иногда мне так хочется.

15. Если учебный материал мне не понятен (труден для меня), то

я...

- а) ничего не предпринимаю;
- б) прибегаю к помощи товарищей;
- в) мирюсь с ситуацией;
- г) стараюсь разобраться, во что бы то ни стало;
- д) надеюсь, что разберусь потом;
- е) вспоминаю объяснение учителя и просматриваю записи, сделанные

на уроке.

16. Ошибившись при выполнении задания, я...

- а) выполняю его повторно;
- б) теряюсь;
- в) нервничаю;
- г) исправляю ошибку;
- д) отказываюсь от его выполнения;
- е) прошу помощи у товарищей.

17. Если я не знаю, как выполнить учебное задание, то я...

- а) анализирую его повторно;

- б) огорчаюсь;
- в) спрашиваю совета у учителя или у родителей;
- г) откладываю его на время;
- д) обращаюсь к учебнику;
- е) списываю у товарища.

18. Мне не нравится выполнять учебные задания, если они...

- а) сложные и большие;
- б) легко решаемы;
- в) письменные;
- г) не требуют усилий;
- д) только теоретические или только практические;
- е) однообразны, и их можно выполнять по шаблону.

Спасибо за ответы!