

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ**  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования Школа развития детского творчества города Пензы  
имени Юрия Ермолаевича Яничкина

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
МБОУ ДО ШРДТ города  
Пензы им. Ю.Е. Яничкина  
Протокол № 4  
от 19.05.2025 г.

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
МБОУ ДО ШРДТ города  
Пензы им. Ю.Е. Яничкина  
Протокол № 2  
от 22.05.2025 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора  
МБОУ ДО ШРДТ города Пензы  
им. Ю.Е. Яничкина  
О.А. Шуватова  
Приказ от 22.05.2025 г. № 63-ОД



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Первые шаги в мире танца+»**

Возраст учащихся: 5-7 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Мартынова Ольга Геннадьевна  
преподаватель

г. Пенза, 2025г.

# КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первые шаги в мире танца+» является первой ступенью обучения в народной (образцовой) школе-студии хореографического ансамбля «Зоренька» и

- по содержанию является художественной,
- по уровню освоения – стартовой,
- по форме организации – очной, групповой,
- по степени авторства – авторской.

Программа разработана и составлена в соответствии с нормативно-правовой базой:

### 1) нормативных документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;
- Приказ Главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 N 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей», (письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 №АБ-3935/06);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

• Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

**2) локальных актов учреждения:**

- Устав МБОУДО ШРДТ города Пензы им. Ю. Е. Яничкина;

- Положение о дополнительной общеобразовательной программе Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Школа развития детского творчества города Пензы имени Юрия Ермолаевича Яничкина;

- Порядок проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и аттестации по завершению реализации программы учащихся по дополнительным общеобразовательным программам Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Школа развития детского творчества города Пензы имени Юрия Ермолаевича Яничкина.

Данная программа имеет *художественную направленность*, является результатом многолетней работы (более 45 лет) большого творческого коллектива преподавателей хореографии, мастерство которых не раз демонстрировалось на семинарах хореографов различного уровня.

Функциональные особенности хореографии определяют *актуальность* и востребованность данного вида искусства для учащихся и родителей. Танцевальное искусство является одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию дети приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития; укрепляет здоровье;
- формирует выразительные двигательные данные, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-метро-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- пластическими средствами и мимикой выражает разнообразную гамму чувств и настроений;
- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- развивает познавательные способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей деятельности;
- формирует коммуникативные навыки детей, развивает чувство «локтя партнера», группового, коллективного «ансамблевого» действия.

*Новизна программы* состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей дошкольного возраста основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, народный танец. Такой подход направлен на

раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Отличительные особенности программы** заключаются в том, что основной акцент в работе с детьми делается на освоении родной танцевальной культуры, национальных фольклорных традиций. Это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и воспитанию.

Разнообразные виды ритмики на народно-танцевальной основе, образная партерная гимнастика, национальная хореография, свободная пластика, гротеск, пантомима, игры, импровизация – все это обеспечивает многовекторный, комплексный характер обучения. А это, в свою очередь, задействует наибольшее количество чувств ребенка.

Создание оптимистической комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребенок может радостно и свободно работать без чрезмерных усилий. Сохранить непосредственность восприятия эмоционально раскрепостить душу ребенка, создать жизнерадостный характер обучения – главное условие успеха.

Обязательная подача танцевального материала в системе связей «педагог-ученик» через образ, метафору, «предлагаемые обстоятельства», игру, сюжетность и драматургию, через стилевые, колористические особенности народной хореографии, через многообразный спектр эмоций и актерское перевоплощение.

В рамках непродолжительного по времени занятия достижения максимальной концентрации и плотности предлагаемого педагогом учебного (обучающего и развивающего) материала, высокого темпа занятия, быстрой смены пластических структур в динамике урока.

Выход за рамки узкопрофессиональных задач, развитие внимания, мышления, фантазии, активности и художественно – творческих способностей детей путем специального подбора заданий, упражнений, заставляющих думать, размышлять, анализировать и делать выводы.

**Педагогическая целесообразность** обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных занятий, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, а также пробуждение в учащихся стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству; приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

#### **Адресат программы.**

На обучение по программе принимаются 5-летние дети при наличии медицинской справки от педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией. Дети в возрасте 6-7 лет могут быть зачислены на 2 и 3 годы обучения, если обладают хорошими музыкальными и физическими данными, годные по состоянию здоровья, физически подготовленные и психологически готовые к обучению. Педагог проверяет способности детей на приемных просмотрах.

### ***Краткая характеристика учащихся по программе.***

Обучение танцам требует достаточной физической подготовки. К 5 годам у ребенка уже развиты все основные движения. Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них еще присутствуют «лишние» движения. Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

5 лет – это возраст творческого воображения. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Ребенок пытается сравнивать ярко выраженные эмоциональные состояния, видеть проявления эмоционального состояния в выражениях, жестах, интонации голоса. Проявляет интерес к поступкам сверстников.

Дошкольников отличает яркая эмоциональная реакция на музыку. Они могут свободно выполнять танцевальные движения: полуприседания с выставлением ноги на пятку, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке и т.д. Могут импровизировать, сочинять на заданную тему. Ведущим видом деятельности в этом возрасте является игра, следовательно, содержание программы построено на игровых приемах.

К 5-6-летнему возрасту дети способны заниматься хореографией, так как сформированности структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное.

Большое место в этом возрасте занимает игра – это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Учитывая все анатомо-физиологические способности данного возраста, нужно строить занятия хореографического коллектива.

### **Организация образовательного процесса**

Программа имеет один **уровень освоения – стартовый**, направлена на обучение основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей и призвана сформировать у учащихся мотивацию к дальнейшим занятиям хореографией.

Программа рассчитана на **3 года обучения** в объеме **504 часов**:

- ✓ 1 год обучения 5-6 лет – 2 раза в неделю по 2 академических часа (час равен 25 мин) (144 ч.);

- ✓ 2 год обучения 6-7 лет – 2 раза в неделю по 2 академических часа (час равен 25 мин.) (144 ч.);
- ✓ 3 год обучения 7-8 лет – 3 раза в неделю по 2 академических часа (час равен 25 мин.) (216 ч).

При наличии отставания программа может быть реализована в полном объеме за счет укрупнения дидактических единиц.

*Форма обучения* - очная.

*Форма проведения занятий* - аудиторная.

Программа «Первые шаги в мире танца+» состоит из **6 разделов**:

- ***ритмика***
- ***гимнастика***
- ***основы народного танца***
- ***танцы-минутки***
- ***постановочная работа***
- ***воспитывающая деятельность.***

#### **Раздел «Ритмика»**

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

**Цель:** развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

**Задачи:**

- овладеть основами музыкальной грамоты;
- формировать танцевальные умения, навыки выразительных пластических движений в игре, танце и упражнениях в соответствии с программными требованиями;
- научить детей воспринимать музыкальные образы и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать творческие и музыкальные способности;
- развивать темпо-ритмическую память учащихся.

#### **Раздел «Гимнастика»**

Полноценная подготовка учащихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями. Для развития данных качеств в программу введен курс «Гимнастика».

**Цель:** обучение и овладение учащимися специальными знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

**Задачи:**

- овладение знаниями о строении и функциях человеческого тела;
- обучение приемам правильного дыхания;
- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка;

- обогащение словарного запаса учащихся в области специальных знаний;
- формирование у детей привычки к сознательному изучению движений и освоению знаний, необходимых для дальнейшей работы;
- развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- воспитание важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

### **Раздел «Основы народного танца»**

Курс «Основы народного танца» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Содержание курса «Основы народного танца» тесно связано с содержанием курсов «Ритмика», «Гимнастика», «Постановочная работа».

**Цель:** развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе техники исполнения народного танца.

#### **Задачи:**

- обучить основам народного танца;
- формировать двигательные навыки в процессе изучения простейших элементов и движений народного танца;
- развивать танцевальную координацию;
- изучить различные положения парного танца и выработать навыки общения с партнером.

### **Раздел «Танцы-минутки»**

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, курс «Танцы-минутки», основанный на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

**Цель:** формирование у учащихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем, а также развитие творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- формирование выразительных двигательных навыков, умения легко и координировано танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- развитие общей музыкальности;
- коррекция эмоционально-психического состояния;
- формирование конструктивного межличностного общения; коммуникативной культуры;

- формирование активного познания окружающего мира – развитие познавательных процессов.

### **Раздел «Постановочная работа»**

Процесс подготовки концертных номеров формирует у детей исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат ребенка.

**Цель:** развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм.

#### **Задачи:**

- развитие танцевальности, чувства позы, умение правильно распределять сценическую площадку;
- развитие музыкальности, координации движений;
- развитие чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательных способностей, артистизма;
- приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности в ансамбле;
- умение преодолевать технические трудности при исполнении сложных комбинаций.

### **Раздел «Воспитательная работа»**

Воспитательная работа по данной программе направлена на обеспечение духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, социализации, формирование общей культуры, а также культуры здорового и безопасного образа жизни.

Воспитательная работа построена с учётом ценностных установок: патриотизм, гражданственность, семья, труд, творчество, природа, искусство, человечество, и ориентирована на современный национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа РФ.

Реализация процесса воспитания основывается на принципах взаимодействия субъектов образовательного процесса через создание детско-взрослых общностей, организации основных совместных дел, системности, целесообразности и не шаблонности воспитания как условия его эффективности.

В процессе обучения преподаватели опираются на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;

- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

### **Принципы дидактики:**

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие **методы обучения:**

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### **Приемы:**

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

### **Формы организации образовательного процесса:**

- коллективная, в которой учащиеся рассматриваются как целостный коллектив;
- групповая, в которой обучение проводится с группой учащихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой.

Эти формы организации являются предпочтительными, так как главная воспитательная задача педагога научить детей взаимодействовать, чувствовать и понимать друг друга, а значит сформировать коллектив единомышленников.

### **Каждое занятие включает:**

- организационную часть,
- разминку,
- экзерсис у станка,

- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

Для реализации программы используются следующие **педагогические технологии**:

**1. Технология личностно-ориентированного обучения** предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности. При этом перед педагогом встают задачи: создание атмосферы заинтересованности каждого учащегося в работе группы; стимулирование учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на занятии, позволяющих каждому учащемуся проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы; создание обстановки для естественного самовыражения.

Одной из важных идей в этой технологии является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо:

- видеть в ребенке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё;
- создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности;
- предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данной технологии создается атмосфера обучения и воспитания, в которой ребенок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

## **2. Технология игрового обучения**

Игровые технологии занимают важное место в образовательном процессе. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игра активизирует деятельность учащихся, способствует улучшению позиции ребенка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребенка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию. В игре ребёнок учится самостоятельности, приобщается к нормам и ценностям общества.

Игровые технологии на занятиях дают возможность повысить у обучающихся интерес к занятиям, позволяют усвоить большее количество информации, помогают научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях.

Использование игровых форм занятий ведет к повышению творческого потенциала учащихся и, таким образом, к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению материала.

Игровая технология универсальна. Любой педагог может использовать ее для самопроверки, творческого и интеллектуального развития. Творчество в обучении начинается с разрушения стереотипов.

### **3. Технология «Диалог культур»**

Данная технология способствует:

- формированию у учащихся представлений о культуре как сознательно избираемой жизненной философии, требующей от его участников уважения к другим культурам, языковой, этнической и расовой терпимости, готовности к изучению культурного наследия мира, к духовному обогащению достижениями других культур, более глубокое осознание своей родной культуры;

- воспитанию чувства патриотизма, чувство гордости за свою культуру, свою страну;

- воспитанию потребности и способности к сотрудничеству и взаимопомощи.

Включая в материал занятий региональный компонент, педагог развивает у учащихся умение представлять не только свою страну, но и свою малую родину в условиях межкультурного общения.

Использование данной технологии на занятиях способствует воспитанию человека, приверженного общечеловеческим ценностям, впитавшего в себя богатство культурного наследия прошлого своего народа и народов других стран.

### **4. Технология группового обучения**

обеспечивает активный учебный процесс, достижение высокого уровня усвоения содержания. Однородная групповая работа предполагает выполнение небольшими группами учащихся одинакового для всех задания, например, отработку отдельного танцевального элемента, а дифференцированная – выполнение различных заданий разными группами исходя из физических данных учащихся. В ходе работы поощряется совместное обсуждение хода и результатов работы, обращение за советом друг к другу. При групповой форме работы учащихся на занятиях в значительной степени возрастает индивидуальная помощь каждому нуждающемуся в ней ребенку, как со стороны педагога, так и своих товарищей, что не маловажно в работе с танцевальным коллективом. Причем помогающий получает при этом не меньшую помощь, чем ребенок слабый, поскольку его знания актуализируются, конкретизируются, приобретают гибкость, закрепляются именно при объяснении своему товарищу.

### **5. Здоровьесберегающая технология**

содействует формированию сознательного отношения ребенка к своему здоровью как естественной основе умственного, физического и нравственного развития.

Для того чтобы сохранить физическое здоровье учащихся, применяются следующие формы здоровьесберегающей технологии:

- 1. Подвижные музыкальные игры**, благодаря которым дети на занятиях освобождаются от страха, агрессии, нарушения поведения.

- 2. Партерная гимнастика** позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку. Детям нужно давать точные инструкции для того, чтобы они сосредотачивали внимание на тех мышцах, которые сокращают или расслабляют.

- 3. Дыхательная гимнастика** учит согласовывать дыхание с движением; чтобы занятия были эффективными, очень важно научить детей правильно дышать. Комплекс дыхательных упражнений поможет освоить правильное дыхание и даст нагрузку на многие группы мышц и восстановить дыхание после быстрого темпа занятия.

Дыхательные упражнения влияют и на укрепление осанки. Дети учатся правильному чередованию вдоха и выдоха, умению напрягать и расслаблять положение тела.

**4. Самомассаж** является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыков собственного оздоровления.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий позволяет повысить результативность образовательного процесса, формирует ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

**6. Педагогика сотрудничества** детей и педагога предлагает совместную развивающую деятельность, скрепленную взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности. Традиционное обучение основано на субъект-объектных отношениях педагога и учащегося. В концепции педагогики сотрудничества это положение заменяется представлением о ребенке, как о субъекте творческой деятельности. Поэтому два субъекта одного процесса должны действовать вместе, быть сотоварищами, партнерами, составлять союз старшего с менее опытным. При этом ни один из них не должен стоять над другим.

Применение в работе технологии педагогики сотрудничества дает возможность педагогу помочь детям поверить в свои силы, разбудить в них лучшие качества личности, подвести к высотам гуманизма и гражданственности.

**Цель программы:** *формирование знаний в области хореографической культуры, развитие художественно-творческих способностей средствами хореографии.*

**Задачи программы:**

- овладеть простейшими элементами музыкальной грамоты через движение, ритмические рисунки, хлопки, притопы;
- формировать правильную осанку, укреплять суставно-двигательный и связочный аппарат, развивать природные физические данные, корректировать опорно-двигательный аппарат;
- развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, исполнительских умений и навыков;
- развивать элементарные пространственные представления; ориентацию детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;
- формировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-ансамбль»)

**Ожидаемые результаты по годам обучения:**

После завершения 1 года обучения

учащиеся будут знать:

- ✓ единые требования о правилах поведения в хореографическом классе и на сцене;
- ✓ требования к внешнему виду на занятиях;

- ✓ музыкальный размер, темп и характер музыки;
- ✓ названия изученных танцевальных и гимнастических элементов.

учащиеся будут уметь:

- ✓ корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- ✓ контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- ✓ ориентироваться в пространстве танцевального класса, сценической площадки;
- ✓ точно прохлопывать основной метроритмический рисунок музыки;
- ✓ исполнять основные упражнения игровой партерной гимнастики;
- ✓ делать перестроения-линейное, круговое, основные фигуры-рисунки танца.

После завершения 2 года обучения

учащиеся будут знать:

- ✓ правила техники безопасности при выполнении физических упражнений;
- ✓ понятия – «движение по часовой стрелке», «движение против часовой стрелки», «противоходное движение»;
- ✓ основные виды и жанры ритмики;
- ✓ приемы правильного дыхания;

учащиеся будут уметь:

- ✓ определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменой
- ✓ музыкальных частей (двухчастная простая музыкальная форма).
- ✓ самостоятельно определять основной метроритмический рисунок популярных мелодий, песен и воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, элементарными движениями народной хореографии)»
- ✓ самостоятельно выполнять простые танцевальные комбинации;
- ✓ выполнять комплексы упражнений гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

После завершения 3 года обучения

учащиеся будут знать:

- ✓ алгоритм подготовки концертных номеров;
- ✓ элементы народного танца;
- ✓ комплекс упражнений на развитие физических данных.

учащиеся будут уметь:

- ✓ взаимодействовать с партнерами в танцевальном классе и на сцене;
- ✓ контролировать и координировать свое тело;
- ✓ исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- ✓ видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- ✓ распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

После полного освоения программы «Первые шаги в мире танца+» учащиеся:

### по разделу «Ритмика»

#### знают:

- музыкальные жанры (песня, танец, марш);
- виды ритмики (игра, танец, упражнение);
- основные понятия, связанные с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- понятия лада в музыке (мажор, минор);
- значение слов «легато», «стакато», ритм, акцент, темп;
- понятие «длительность» нот в соотношении с танцевальными шагами;
- понятия музыкального синтаксиса, простые музыкальные формы.

#### умеют:

- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- в движении воспроизводить ритмические рисунки;
- сочетать музыкально-ритмические упражнения с танцевальными движениями.

### по разделу «Гимнастика»

#### знают:

- анатомическое строение тела;
- приемы правильного дыхания;
- правил техники безопасности при выполнении физических упражнений;
- роль гимнастических упражнений в формировании здорового образа жизни.

#### умеют:

- выполнять комплексы упражнений гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- сознательно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и пространстве;
- выполнять комплекс упражнений на развитие гибкости корпуса;
- контролировать и координировать свое тело.

### по разделу «Основы народного танца»

#### знают:

- хореографическую терминологию;
- элементы народного танца;
- особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- средства создания образа в хореографии;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций.

#### умеют:

- исполнять элементы народного танца;

- исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- держаться на сцене.

### **по разделу «Постановочная работа»**

#### **знают:**

- алгоритм подготовки концертных номеров.

#### **умеют:**

- осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;
- работать в танцевальном коллективе;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- понимать и исполнять указания преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции.

В результате занятий по программе у детей могут быть сформированы:

#### ✓ **личностные результаты:**

- знание моральных норм поведения, способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;
- развито чувство коллективизма, потребность и готовность к эстетической творческой деятельности; эстетический вкус, нравственные качества;
- реализация творческого потенциала в процессе занятий хореографии; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

#### ✓ **метапредметные результаты:**

##### *регулятивные УУД:*

- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели;

##### *познавательные УУД:*

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент,
- слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;

- четко, организованно перестраиваться;

##### *коммуникативные УУД:*

- потребность в общении с преподавателем;
- умение слушать и вступать в диалог;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать

партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

✓ **предметные результаты:**

дети **знают:**

- элементарные понятия о видах искусства;
- правила техники безопасности на занятии и правила поведения в танцклассе;
- терминологию хореографических упражнений;
- характерные особенности движений и элементов, манеру исполнения народного танца, названия и правила выполнения движений из курсов программы данного этапа.

**умеют:**

- воспринимать и понимать музыкальные произведения;
- музыкально, самостоятельно и эмоционально исполнять движения;
- исполнять основные движения из программы этого этапа;
- передавать в движении особенности элементов, манеру исполнения народного танца.

### Учебный план

разделы	стартовый уровень		
	1-й год обучения	2-й год обучения	3-й год обучения
Вводное занятие	2	2	2
1. Ритмика	34	10	-
2. Гимнастика	34	36	72
3. Танцы-минутки	36	18	12
4. Основы народной хореографии	-	36	72
5. Постановочная работа	32	32	30
6. Проектная деятельность	-	-	18
7. Воспитывающая деятельность	4	8	8
Итоговое занятие	2	2	2
<b>Итого часов в неделю:</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>ИТОГО в год:</b>	<b>144</b>	<b>144</b>	<b>216</b>

# ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

## Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	опрос
<b>Раздел «Ритмика»</b>					
1.1	Знакомство с музыкальными понятиями. Элементы музыкальной грамоты	2	4	6	импровизация на создание различных образов
1.2	Положение головы и корпуса, позиции рук и ног	1	3	4	игра
1.3	Элементы музыкальных движений. Виды ходьбы	1	3	4	игра
1.4	Разновидности бега	1	3	4	игра
1.5	Элементарные танцевальные движения	1	3	4	тест
1.6	Ориентация в пространстве. Построения и перестроения	1	1	2	игра
1.7	Ритмические рисунки в движении	1	3	4	тест
1.8	Музыкально-развивающие игры	1	5	6	Игра - импровизация
<b>Раздел «Гимнастика»</b>					
2.1	Техника безопасного выполнения упражнений	2	-	2	опрос
2.2	ОФП	2	14	16	Тестовые упражнения
2.3	Партерная гимнастика	1	15	16	Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах
<b>Раздел «Танцы-минутки»</b>					
3.1	Танец	-	36	36	открытое занятие.
<b>Раздел «Постановочная работа»</b>					
4.1	Постановка и отработка концертных номеров	2	30	32	концертное выступление
<b>Воспитывающая деятельность</b>					
5.1	Воспитательные мероприятия	1	3	4	анкетирование, тестирование.

	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	1	2	Промежуточная аттестация
	<b>ИТОГО:</b>	<b>19</b>	<b>125</b>	<b>144</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Вводное занятие.**

**Теория.** Познакомить детей с новым для них видом искусства – хореографией. План, цели, задачи школы-студии хореографического ансамбля «Зоренька». Расписание занятий. ТБ, правила поведения на занятиях хореографией.

**Практика:** выявление подготовленности детей к занятиям по хореографии, (ходьба и бег со сменой размеров и темпов, выявление подвижности шеи, плечевых суставов, кистей рук, мышц голени и стопы, гибкости и позвоночника, подвижности тазобедренных суставов).

**Контроль:** опрос по технике безопасности

### **Раздел «Ритмика»**

#### **Тема 1. Знакомство с музыкальными понятиями. Элементы музыкальной грамоты.**

**Теория:** Взаимосвязь танцевального движения и музыки. Строение музыкальной речи и танцевальной речи: мотив, фраза, предложение. Музыкальное вступление и исходное положение танцующего. Музыкальные жанры: марш, песня, танец. Музыкальный темп. Динамические оттенки в музыке (форте, пиано). Характер музыки. Ладовая окраска (мажор, минор). Метр, ритм, ритмический рисунок. Сильная и слабая доля. Музыкальный размер. Особенности танцевальных размеров: марш, полька, вальс.

**Практика:** Движения вместе с началом и окончанием музыкального произведения. Исполнение движений с одновременным исполнением песни. Начало исполнения движения после музыкального вступления. Выполнение движений в различных темпах. Определение на слух динамических оттенков музыки. Упражнения на передачу характера музыки. Воспроизведение ритмических рисунков с помощью хлопков, притопов. Упражнения на 2/4, 3/4, 4/4. Упражнения на передачу характера исполнения (плавно – отрывисто).

**Контроль:** Выполнение движений в различных темпах и характере.

#### **Тема 2. Положение головы и корпуса, позиции рук и ног**

**Теория:** Знакомство с понятием «основная стойка». Положения рук. 1-6 позиции ног.

**Практика:** Выполнение основной стойки. Упражнения на отработку положений рук: на поясе, свободное; смена положений. 1-6 позиции ног, смена позиций.

**Контроль:** Быстрота переключения с одного положения в другое.

#### **Тема 3. Элементы музыкальных движений. Виды ходьбы.**

**Теория:** Танцевальный шаг. Шаг на полупальцах. Шаг на пятках. Шаг с высоким подниманием колен.

**Практика:** Танцевальный шаг с носка. Изучение ходьбы различного характера (осторожно, бодро, неторопливо, решительно и т.д.). Разучивание ходьбы на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колен.

**Контроль:** Точное выполнение движений в соответствии с музыкой.

#### **Тема 4. Разновидности бега.**

**Теория:** Танцевальный бег. Бег с выносом ног вперед. Бег с высоким подниманием колен. Легкий бег на полупальцах.

**Практика:** Разучивание танцевального бега, на полупальцах, с высоким подниманием колен («лошадка»), с выбрасыванием ног вперёд («ножницы»).

**Контроль:** Выполнение движений в различном динамическом характере в игровом моменте.

#### **Тема 5. Элементарные танцевальные движения.**

**Теория:** Знакомство с понятиями: галоп, прыжок, притоп, приставной шаг.

**Практика:** Изучение пружинных движений (рук и ног). Отработка прыжковых движений: лёгкое подпрыгивание на двух ногах, подскоки в продвижении, на месте, с поворотом на  $\frac{1}{4}$  круга. Галоп прямой и боковой. Отработка приставных шагов, притопов.

**Контроль:** Знание понятий – «прямой и боковой галоп», «перескок», «подскок». Умение их различать.

#### **Тема 6. Ориентация в пространстве. Построения и перестроения.**

**Теория:** Знакомство с понятием «поворот». Линия. Цепочка. Колонна. Круг.

**Практика:** Выполнение поворотов вправо, влево. Движение по линии танца и против. Освоение построения и перестроения: в колонну, в линию, цепочкой. Освоение построения и перестроения: в круг, свободное размещение по залу.

**Контроль:** Выполнение простейших построений и перестроений.

#### **Тема 7. Ритмические рисунки в движении.**

**Теория:** Динамика музыки. Музыкальная фраза.

**Практика:** Хлопки и притопы в разных ритмических рисунках. Выполнение элементарных танцевальных движений в соответствии с динамикой музыки. Смена движений со сменой музыкальной фразы. Вступление, начало и конец исполнения.

**Контроль:** Четкое выполнение ритмических заданий с помощью хлопков и притопов.

#### **Тема 8. Музыкально-развивающие игры.**

**Теория:** Знакомство с понятием «музыкальная игра». Правила игры.

**Практика:** Игры на определение характера музыки. Игры на выразительность исполнения. Игры на развитие импровизационных способностей. Игры на использование различных ритмических рисунков.

Разучивание игр «Круговая эстафета», «Весёлый оркестр», «Путешествие в Африку», «Где был Иванушка».

**Контроль:** Самостоятельное исполнение простых музыкальных игр.

### **Раздел «Гимнастика»**

#### **Тема 1. Техника безопасного выполнения упражнений.**

**Теория:** Техника безопасности и правила поведения в классе. Инвентарь, правила обращения с ним. Основные правила выполнения упражнений ОФП и партерной гимнастики.

**Контроль:** опрос по технике безопасности поведения во время исполнения гимнастических упражнений

#### **Тема 2. ОФП.**

**Теория:** Здоровье и физическое развитие человека. Физические качества: сила, ловкость, выносливость, быстрота. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках.

**Практика:** Упражнения на развитие координационных способностей (ходьба на носках, прогнувшись, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук, коротким, средним, длинным шагом, с высоким подниманием бедра, с преодолением препятствий.). Общеразвивающие упражнения с мячами, гимнастической палкой. Прыжки через

скакалку. Упражнения на развитие основных двигательных качеств. Упражнения на освоение навыков равновесия. Упражнения для развития силы мышц.

**Контроль:** Тестовые упражнения по оценке координации и силы мышц.

### **Тема 3. Партерная гимнастика.**

**Теория:** Общие сведения о гимнастике. Краткие сведения из анатомии: позвоночник и его функции. Осанка. Физическое качество – гибкость.

**Практика:** Упражнения: для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; для развития гибкости плечевого и поясного суставов; для укрепления мышц брюшного пресса; для улучшения гибкости позвоночника; для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; для улучшения гибкости коленных суставов; для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы; для исправления осанки; для развития силы мышц.

**Контроль:** Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах.

## **Раздел «Танцы-минутки»**

### **Тема 1. Танец.**

**Теория:** Понятия «поза», «движение», «комбинация движений».

**Практика:** Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4. Танцевальные комбинации, состоящие из 2-3 движений, объединяющиеся одним замыслом, образом, стилем.

**Контроль:** Самостоятельное исполнение танцевальных комбинаций.

## **Раздел «Постановочная работа»**

### **Тема 1. Отработка концертных номеров.**

**Теория:** Беседа о хореографическом произведении. Музыкальный материал постановки.

**Практика:** Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Отработка элементов. Работа над музыкальностью. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

**Контроль:** Умения ориентироваться на сцене и держать образ во время исполнения хореографического номера.

## **Раздел «Воспитывающая деятельность»**

### **Тема 1. Воспитательные мероприятия.**

**Теория:** Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Нормы поведения на занятии».

**Практика:** Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

**Контроль:** Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

## **ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ**

**Теория.** Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

**Практика.** Показательные выступления для родителей.

**Контроль:** Мониторинг выполнения учебного материала: ритмика, хореография, гимнастика

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		Наблюдение	Практика	Всего	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	опрос
<b>Раздел «Ритмика»</b>					
1.1	Музыкальные понятия. Элементы музыкальной грамоты	1	1	2	импровизация на создание различных образов
1.2	Положение головы и корпуса, позиции рук и ног	0	1	1	зачет
1.3	Элементы музыкальных движений. Виды ходьбы	1	1	2	игра
1.4	Элементарные танцевальные движения	1	1	2	Зачетное занятие
1.5	Ориентация в пространстве Построения и перестроения.	1	1	1	игра
1.6	Ритмические рисунки в движении	0	1	1	игра
1.7	Музыкально-развивающие игры	0	1	1	Самостоятельное проигрывание игр.
<b>Раздел «Гимнастика»</b>					
2.1	Техника безопасного выполнения упражнений	2	2	4	опрос
2.2	ОФП	2	12	14	зачетное занятие.
2.3	Партерная гимнастика	4	14	18	зачетное занятие.
<b>Раздел «Танцы-минутки»</b>					
3.1	Танец	1	17	18	Открытое занятие
<b>Раздел «Постановочная работа»</b>					
4.1	Постановка и отработка танцевальных номеров	4	28	32	концертное выступление
<b>Раздел «Основы народной хореографии»</b>					
5.1	Народный танец как вид хореографического искусства.	2	6	8	викторина
5.2	Элементы русского танца	1	10	18	Открытое занятие
5.3	Элементы белорусского танца	1	9	10	Открытое занятие
<b>Воспитывающая деятельность</b>					
	Воспитательные мероприятия	1	7	8	анкетирование,

					тестирование
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	1	2	Промежуточная аттестация
	<b>ИТОГО:</b>	<b>24</b>	<b>120</b>	<b>144</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Вводное занятие.**

**Теория.** Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность).

**Практика.** Особенности работы при постановке танца, взаимопонимание, взаимодействие, взаимопомощь.

**Контроль:** *Опрос по технике безопасности на занятиях хореографией.*

### **Раздел «Ритмика»**

#### **Тема 1. Музыкальные понятия. Элементы музыкальной грамоты.**

**Теория:** Взаимосвязь танцевального движения и музыки. Строение музыкальной речи и танцевальной речи: мотив, фраза, предложение. Законченность мелодии и танцевального движения. Музыкальные жанры: марш, песня, танец. Музыкальный темп. Динамические оттенки в музыке (форте, пиано). Характер музыки. Ладовая окраска (мажор, минор). Метр, ритм, ритмический рисунок. Сильная и слабая доля. Музыкальный размер. Особенности танцевальных размеров: марш, полька, вальс.

**Практика:** Движения вместе с началом и окончанием музыкального произведения. Упражнения на отражение в движениях построения музыкального произведения. Упражнения на переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки. Упражнения на выполнение движений с различной амплитудой и силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков. Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков в сочетании с простыми танцевальными движениями. Воспроизведение длительностей нот движениями (полное приседание, полуприседание, шаг, бег). Упражнения на передачу характера музыки, темпа, ритма. Упражнения на 2/4, 3/4, 4/4. Освоение движений с нужной динамической выразительностью.

**Контроль:** импровизация на создание различных образов

#### **Тема 2. Положение головы и корпуса, позиции рук и ног.**

**Теория:** Основная стойка. Положения рук. 1-6 позиции ног.

**Практика:** Выполнение основной стойки. Упражнения на отработку положений рук: на поясе, свободное, маховое; смена положений. 1-6 позиции ног, смена позиций.

**Контроль:** *Быстрое переключения с одного положения в другое.*

#### **Тема 3. Элементы музыкальных движений. Виды ходьбы.**

**Теория:** Танцевальный шаг. Шаг на полупальцах. Шаг на пятках. Шаг с высоким подниманием колен.

**Практика:** Изучение ходьбы различного характера (осторожно, бодро, неторопливо, решительно и т.д.). Разучивание ходьбы на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колен, пружинящий шаг, топающий шаг на всей ступне, приставной шаг, шаги на полуприседании.

**Контроль:** Четкое исполнение движений в различных образах животных и птиц.

#### **Тема 4. Элементарные танцевальные движения.**

**Теория:** Галоп, прыжок, притоп, перескок.

**Практика:** Изучение пружинных движений (рук и ног). Отработка прыжковых движений: лёгкое подпрыгивание на двух ногах, на одной ноге, подскоки в продвижении, на месте, перескок с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны. Галоп прямой и боковой. Отработка приставных шагов, притопов. Высокое подпрыгивание с поджиманием ног. Подпрыгивание в полном приседании по IV позиции (для мальчиков) – «мячики».

**Контроль:** Исполнение основных прыжковых движений. Знание основных этапов прыжка.

#### **Тема 5. Ориентация в пространстве. Построения и перестроения.**

**Теория:** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Знакомство с видами рисунков танца: змейка, зигзаг, звездочка. Основные положения в парах.

**Практика:** Освоение приемов перестроения из одной фигуры в другую: круг в круге, воротца, сужение и расширение круга. Построения и перестроения змейкой, зигзагом, звездочкой. Упражнения на развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии. Изучение основных положений в парах (лицом в одну сторону держась за одну руку, руки соединены накрест, лицом друг к другу, держась за обе руки («лодочка»)).

**Контроль:** Работа с партнером в паре. Взаимодействие и эмоциональный контакт во время исполнения движений.

#### **Тема 6. Ритмические рисунки в движении.**

**Теория:** Динамика музыки. Музыкальная фраза.

**Практика:** Хлопки и притопы в разных ритмических рисунках. Выполнение элементарных танцевальных движений в соответствии с динамикой музыки. Смена движений со сменой музыкальной фразы. Вступление, начало и конец исполнения.

**Контроль:** Самостоятельное сочинение ритмических рисунков в соответствии с музыкой.

#### **Тема 7. Музыкально-развивающие игры.**

**Теория:** Игры-превращения, игры-потешки, хороводные игры. Правила игры.

**Практика:** Игры на определение характера музыки. Игры на выразительность исполнения. Игры на развитие импровизационных способностей. Игры на использование различных ритмических оттенков. Игры на ориентацию в пространстве. «Воробей», «Ворота», «Иванушка», «Чижик» и т.д.

**Контроль:** Самостоятельное проигрывание игр.

### **Раздел «Гимнастика»**

#### **Тема 1. Техника безопасности выполнения упражнений.**

**Теория:** Техника безопасности и правила поведения в классе. Инвентарь, правила обращения с ним. Основные правила выполнения упражнений ОФП и партерной гимнастики.

**Контроль:** опрос

#### **Тема 2. ОФП.**

**Теория:** Физические качества: сила, ловкость, выносливость, быстрота. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках. Знакомство с

понятиями: подвижность суставов, эластичность мышц и связок. Общая и статическая выносливость, гибкость и скоростные способности.

**Практика:** Упражнения на развитие координационных способностей. Отработка положения переноса тяжести тела с одной ноги на другую, в выпаде, выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене. Общеразвивающие упражнения с мячами, гимнастической палкой. Прыжки через скакалку на месте, с продвижением. Упражнения на освоение навыков равновесия. Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие органов движения, укрепление опорно-двигательного аппарата, формирование осанки. Упражнения для развития у детей выносливости, гибкости. Упражнения на развитие быстроты реакции, силы, глазомера, ловкости. Прыжковые упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.

**Контроль:** Исполнение упражнений со скакалкой.

### **Тема 3. Партерная гимнастика.**

**Теория:** Знакомство с основными позициями ног I, II, III. Шпагат. Мост.

**Практика:** Освоение I, II, III позиций ног. Поперечный шпагат. Мост из положения «лежа». Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения для головы, шеи, плечевого пояса. Упражнения для рук, для развития подвижности локтевого сустава. Упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на развитие гибкости позвоночника. Упражнения для развития подвижности корпуса. Выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене; отведение ноги махом (качание ноги); разгибание и сгибание ноги в коленном суставе. Упражнения для ступни (перекаты с носка на пятку и обратно); пружинное движение ног.

**Контроль:** Выполнение комплекса «Солнышко» на растяжку. Знание правил исполнения наклонов.

### **Раздел «Танцы-минутки»**

#### **Тема 1. Танец.**

**Теория:** Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

**Практика:** Танцевальные шаги и ходы. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4. Изучение шагов на полупальцах с руками, находящимися во II позиции. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

**Контроль:** Выразительное и эмоциональное исполнение танцевальных этюдов.

### **Раздел «Постановочная работа»**

#### **Тема 1. Отработка концертных номеров.**

**Теория:** Беседа о хореографическом произведении. Музыкальный материал постановки.

**Практика:** Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Отработка элементов. Работа над музыкальностью. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

**Контроль:** Музыкальность, синхронность и эмоциональность исполнения танцевальных номеров на сцене.

### **Раздел «Основы народной хореографии»**

#### **Тема 1. Народный танец как вид хореографического искусства.**

**Теория:** Сюжет и тема танца. Источники вдохновения для постановок народных танцев: быт, природа, поэтическое творчество, музыка.

Практика: Изучение основных видов поэтического детского творчества русского народа: потешки, заклички, скороговорки, дразнилки и т.д.

**Контроль:** Знание особенностей быта русского народа. Исполнение потешек.

### **Тема 2. Элементы русского танца.**

**Теория:** Русский танец. Название основных элементов русского танца. Характерные черты исполнения русского танца. Положения рук в сольном и групповом танце. Русский народный костюм.

**Практика:** Позиция рук – I, II, III – на поясе. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой. Припадание на IV позицию, на месте с продвижением в сторону. «Ёлочка», «Гармошка», «Ковырялочка» (с подскоком, на воздух), «Моталочка»; «Молоточки», «Топотушки» с различным ритмическим рисунком.

**Контроль:** Самостоятельное исполнение движений.

### **Тема 3. Элементы белорусского танца.**

**Теория:** Знакомство с основными элементами белорусского танца.

**Практика:** основной ход польки «Трясухи». Падебаск по IV позиции с переступанием. «Качалочка». Основной ход польки «Янка».

**Контроль:** Самостоятельное исполнение танцевальных комбинаций на белорусском материале. Манера исполнения белорусских движений.

## **Раздел «Воспитывающая деятельность»**

### **Тема 1. Воспитательные мероприятия.**

**Теория:** Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Нормы поведения», «Традиции моей семьи».

**Практика:** Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

**Контроль:** Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

## **ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ**

**Теория.** Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

**Практика.** Показательные выступления для родителей.

**Контроль.** Мониторинг выполнения учебного материала: ритмика, хореография, гимнастика

## **ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **Учебно-тематический план**

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>опрос</b>
<b>Раздел «Гимнастика»</b>					
1.1	Техника безопасности выполнения упражнений	2	10	12	опрос
1.2	ОФП	4	20	24	зачет
1.3	Партерная гимнастика	4	22	26	мини-соревнование.
1.4	Элементы акробатики	2	8	10	игра

Раздел «Танцы-минутки»					
2.1	Танцевальные этюды	2	10	12	Открытое занятие
Раздел «Постановочная работа»					
3.1	Отработка танцевальных номеров	2	28	30	Концертное выступление
Раздел «Основы народной хореографии»					
4.1	Народный танец как вид хореографического искусства	2	14	16	викторина
4.2	Элементы русского танца	2	18	20	контрольное задание
4.3	Элементы белорусского танца	2	10	12	Открытое занятие
4.4	Элементы закарпатского танца	1	9	10	контрольное задание.
4.5	Элементы прибалтийских танцев	1	13	14	контрольное задание.
Проектная деятельность.					
5.1	Ролево-игровой проект	6	12	18	Презентация проектов. Обсуждение проектов.
Воспитывающая деятельность					
6.1	Воспитательные мероприятия	1	7	8	анкетирование, тестирование
	Итоговое занятие	1	1	2	Итоговая аттестация
	<b>ИТОГО:</b>	<b>33</b>	<b>183</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ

### Вводное занятие.

**Теория.** Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность).

**Практика.** Особенности работы при постановке танца, взаимопонимание, взаимодействие, взаимопомощь.

**Контроль:** опрос по технике безопасности во время выступлений на сцене

### Раздел «Гимнастика»

#### Тема 1. Техника безопасности выполнения упражнений.

**Теория:** Техника безопасности и правила поведения в классе. Инвентарь, правила обращения с ним. Основные правила выполнения упражнений ОФП и партерной гимнастики.

**Контроль:** опрос

## **Тема 2. ОФП.**

**Теория:** Физические качества: сила, ловкость, выносливость, быстрота. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках. Знакомство с понятиями: подвижность суставов, эластичность мышц и связок. Общая и статическая выносливость, гибкость и скоростные способности.

**Практика:** Упражнения на развитие координационных способностей. Отработка положения переноса тяжести тела с одной ноги на другую, в выпаде, выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене. Общеразвивающие упражнения с мячами, гимнастической палкой. Прыжки через скакалку на месте, с продвижением. Упражнения на освоение навыков равновесия. Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие органов движения, укрепление опорно-двигательного аппарата, формирование осанки. Упражнения для развития у детей выносливости, гибкости. Упражнения на развитие быстроты реакции, силы, глазомера, ловкости. Прыжковые упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.

**Контроль:** Выполнение упражнений с мячом и гимнастической палкой.

## **Тема 3. Партерная гимнастика.**

**Теория:** Знакомство с основными позициями ног I, II, III. Шпагат. Мост.

**Практика:** Освоение I, II, III позиций ног. Поперечный шпагат. Мост из положения «лежа». Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения для головы, шеи, плечевого пояса. Упражнения для рук, для развития подвижности локтевого сустава. Упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на развитие гибкости позвоночника. Упражнения для развития подвижности корпуса. Выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене; отведение ноги махом (качание ноги); разгибание и сгибание ноги в коленном суставе. Упражнения для ступни (перекаты с носка на пятку и обратно); пружинное движение ног.

**Контроль:** Исполнение продольного и поперечного шпагатов. Знание правил безопасной растяжки.

## **Тема 4. Элементы акробатики.**

**Теория:** Раздел гимнастики – акробатика. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений.

**Практика:** Выполнение элементарных акробатических элементов (кувырок вперед, кувырок назад и т.д.). Стойка на лопатках. Перевороты. Группировка. Перекаты в группировке. Мост наклоном назад из стойки «ноги врозь»; мост на предплечья – с опорой на ноги и предплечья.

**Контроль:** Знание техники безопасности исполнения акробатических движений.

## **Раздел «Танцы-минутки»**

### **Тема 1. Танцевальные этюды.**

**Теория:** Характерные рисунки танца. Техника перехода из одного построения в другое.

**Практика:** Круг, полукруг, два круга. Колонна по одному, по два, по четыре. Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны. Круг в круге, корзиночка, воротца, карусель. Веселая зарядка: полька. Приглашение: композиция танца из двух фигур. Лошадки. Сударушка.

**Контроль:** Выразительное и эмоциональное исполнение танцевальных этюдов.

## **Раздел «Постановочная работа»**

### **Тема 1. Отработка концертных номеров. Понятие о макияже.**

**Теория:** Показ видеоматериала с разнохарактерными танцами.

*Практика:* Разучивание танцев. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце. Отработка исполнительской техники. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Работа над музыкальностью. Синхронность в исполнении. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Выразительность и эмоциональность исполнения. Подготовка танцевальных костюмов. Создание сценического макияжа.

*Контроль:* Создание сценического образа с помощью костюма, макияжа и прически.

### **Раздел «Основы народной хореографии»**

**Тема 1.** Народный танец как вид хореографического искусства

*Теория.* Истоки народного танца. Традиции и обряды народном танце.

*Практика:* Изучение особенностей движений народного танца.

*Контроль:* Знание традиций русского народа.

**Тема 2.** Элементы русского танца.

*Теория:* Русский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Положения рук в паре.

*Практика:* Позиции ног свободные, прямые (параллельные), обратные (закрытые). Позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на поясице, на затылке. Основной шаг: с продвижением назад, с притопом – с продвижением назад, с проскальзывающим притопом. Шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперед. «Гармошка», «Елочка», «Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом. Хлопки – одинарные прямые (фиксированные) – спереди, сзади, сбоку. «Мячик», «Разножка» в стороны на каблуки. Малые прыжки на двух ногах – с вытянутыми ногами.

*Контроль:* Самостоятельное исполнение движений.

**Тема 3.** Элементы белорусского танца.

*Теория:* Характерные особенности белорусского танца.

*Практика:* Освоение новых элементов белорусских танцев «Крыжачок», «Бульба».

*Контроль:* Выполнение этюда на материале танца «Крыжачок». Манера исполнения.

**Тема 4.** Элементы закарпатского танца

*Теория:* Знакомство с основными элементами закарпатского танца.

*Практика:* Освоение элементов закарпатского танца: шаг на каблук; боковой приставной шаг; «трясунка» (быстрое переступание на низких полупальцах с ноги на ногу); выбиванец (перескок с ноги на ногу); присядка (для мальчиков) «крученный гайдук»; основной ход из закарпатского танца «Птицы».

*Контроль:* Выполнение этюда на материале танца «Птицы». Манера исполнения.

**Тема 5.** Элементы прибалтийских танцев

*Теория:* Знакомство с основными элементами прибалтийских танцев.

*Практика:* Освоение элементов эстонских танцев «Вяндра», «Танец трубочистов», литовского танца «Полька Дедушка».

*Контроль:* Выполнение этюда на материале танца «Вяндра». Манера исполнения.

### **Раздел «Проектная деятельность»**

*Теория.* Алгоритм ролево-игрового проекта. Определение проблемы и цели проекта, планирование деятельности по достижению цели, определение источников информации, средств выразительности образа.

**Практика.** Поиск детьми совместно с родителями и педагогом информации, создание образов различными выразительными средствами. Задания индивидуального и группового характера. Участие в ролево-игровых проектах с элементами творческих игр.

**Контроль:** Презентация проектов. Обсуждение проектов.

### Раздел «Воспитывающая деятельность»

#### Тема 1. Воспитательные мероприятия.

**Теория:** Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Здоровый образ жизни», «Традиции моего народа».

**Практика:** Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

**Контроль:** Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

### ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ.

**Теория.** Подведение итогов учебного года.

**Контроль.** Итоговая аттестация по завершению реализации программы

## КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	144	36	72	2 занятия по 2 часа
2	144	36	72	2 занятия по 2 часа
3	216	36	108	3 занятия по 2 часа

### Формы подведения итогов реализации программы

В конце первого и второго годов обучения обучающиеся проходят промежуточную аттестацию на открытом занятии, где показывают свои навыки и умения по темам года. В конце третьего года обучения дети проходят аттестацию по завершению реализации программы в форме открытого занятия и получают свидетельства о дополнительном образовании установленного образца.

**Личная аттестация учащихся.** Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития учащихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с одного года обучения на другой, дети проходят промежуточную аттестацию.

Такие условия перевода на следующий год обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень хореографической подготовленности детей.

**Оценка результативности** освоения программы учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних учащихся сравниваются с достижениями других, с прежними результатами того же учащегося, с поставленными учебными целями и критериями. Данная система оценивания предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

**Текущий контроль** регулярно (в рамках занятий) осуществляется преподавателем.

**Промежуточная аттестация** определяет, насколько успешно происходит развитие учащегося и усвоение им образовательной программы по каждому году обучения.

Для учащихся 1 и 2 года обучения основным методом промежуточной аттестации является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для родителей.

**Аттестация по завершению реализации программы** проводится в конце срока обучения и фиксируется в соответствующей документации (протокол аттестации по завершению реализации программы).

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого года обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Для определения результативности освоения программы преподаватели используют следующие **формы отслеживания образовательных результатов**:

- просмотр практических учебных заданий (упражнений, комбинаций, композиций, занятия в целом);
- тест;
- открытые занятия;
- контрольные занятия;
- зачетные занятия;
- концерт.

**Показатели успеваемости** по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому курсу, которая и определяет уровень **результативности** освоения программы в соответствии с годом обучения.

**Итоговый отчет результативности** освоения программы проводится в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение срока обучения.

Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за период обучения, проводит анализ творческих достижений детей.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-технические ресурсы:**

<b>№</b>	<b>Название</b>	<b>Количество</b>
1	просторный специализированный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.), оборудованный зеркалами и танцевальными станками	1
2	коврики	15
3	музыкальные инструменты (фортепиано или баян)	1
4	видео- и аудиоаппаратура	1
5	аудиоцентр	1
6	Колонки (звуковые)	1 комплект
7	магнитофон	1
8	костюмерная	1
9	реквизит, сценические костюмы	По кол-ву учащихся

**Информационные ресурсы:** оргтехника, интернет-ресурсы.

№	Название	Количество
1	Флэш-накопитель (USB)	1 шт.
2	аудио-, видеозаписи, фото-, интернет-источники	
3	видеофонд по тематике программы	

**Расходные материалы** (приобретаются учащимися самостоятельно)

№	Название	Количество
1	Тренировочная форма: <b>девочки</b> – гимнастический купальник, балетные туфли, джазовки, народные туфли	
2	Тренировочная форма: <b>мальчики</b> – черные брюки народного характера, белая футболка, балетные туфли, джазовки, народные сапоги	

**Методические ресурсы:**

№	Название	
1	Учебные пособия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Русская традиционная хореография: региональные исследования и актуализация: сборник научно- методических статей и материалов / Сост. В.В. Григорьева, А.И. Шилин – М.: ГРДНТ им. В.Д. Поленова, 2020</li> <li>2. В.Ю. Никитин. Е.А. Кузнецов. Партерный тренаж. – М.: Век информации, 2018</li> <li>3. П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. Для студ. Выш. Учеб. Заведений. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2003</li> <li>4. А.В. Сунцова, С.В. Курдюкова. Изучаем пространство. – М. Экско, 2009</li> <li>5. А. Бокатов, С. Сергеев. Детская йога. – М.: Книгоиздательство «АБВ», 2019</li> <li>6. О.Н. Козак. Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет. – СПб.: «Издательство Союз», 2000</li> </ol>
2	Медиатека	Записи концертных выступлений и открытых уроков; видео приложения к учебному пособию Заикина Н.И., Заикиной Н.Л. «Русский народный танец» /Орел: Орловский государственный институт культуры.
3	Электронные образовательные ресурсы	<a href="#">Хореографу в помощь   Обучение танцам видео   Видео уроки танцев   Танцы видео скачать (dancehelp.ru)</a> <a href="#">Игровая ритмика и танцы для дошкольников (vk.com)</a> <a href="http://dop-obrazovanie.com/">http://dop-obrazovanie.com/</a> <a href="#">ШКОЛА РУССКОЙ ТРАДИЦИОННОЙ ПЛЯСКИ (vk.com)</a> <a href="#">Практикующий хореограф (vk.com)</a>
4	Методические материалы	Мастер-класс «Индивидуальная техника танцора (постановка вращений, прыжков, трюков. Сценическая акробатика.»

		Онлайн-лаборатория с Екатериной Гурвич «Как сделать авторские уроки для детей 2-6 лет? Метод Екатерины Гурвич» Курс «Развитие данных: растяжка, стопы, гибкость, выворотность»
--	--	---

**Кадровые ресурсы:** преподаватель, концертмейстер, костюмер.

### **Использование дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительной общеобразовательной программы**

Возможна реализации программы в дистанционном формате. Занятия проходят на площадке социальной сети ВКонтакте в сообществах объединений и на платформе Zoom. При разработке дистанционного занятия принимается во внимание изолированность учащихся. Учебные материалы сопровождаются необходимыми пояснениями и инструкциями. Предусмотрена консультационная зона, которая позволяет учащимся задавать вопросы, проводить анализ выполненных заданий.

### **Воспитывающая деятельность**

Воспитывающая деятельность по данной программе направлена на обеспечение духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, социализации, формирование общей культуры, а также культуры здорового и безопасного образа жизни.

Воспитывающая деятельность построена с учётом ценностных установок: патриотизм, гражданственность, семья, труд, творчество, природа, искусство, человечество, и ориентирована на современный национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа РФ.

Реализация процесса воспитания основывается на принципах взаимодействия субъектов образовательного процесса через создание детско-взрослых общностей, организации основных совместных дел, системности, целесообразности и не шаблонности воспитания как условия его эффективности.

**Цель:** способствовать умственному, нравственному, эмоциональному и физическому развитию личности, всемерно раскрывать её творческие возможности, формировать гуманистические отношения, обеспечивать разнообразные условия для раскрытия индивидуальности ребёнка с учетом его возрастных особенностей.

#### **Основные задачи:**

- воспитание творческой личности выпускника;
- воспитание уважения к истории и культуре своего народа, историческим и культурным памятникам своей Родины, русскому языку и традициям;
- формирование общекультурных компетенций, развитие личностных качеств - гражданина-патриота;
- развитие коллективизма, позитивных ценностных ориентаций;
- формирование представлений о здоровом образе жизни, умений и навыков духовного и физического самосовершенствования.

Планомерная реализация поставленных задач позволит организовать интересную и событийно насыщенную жизнь всех участников образовательного процесса, что станет эффективным способом профилактики антисоциального поведения детей.

Воспитывающая деятельность ведётся по трем направлениям:

### **I. Формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление и поддержка талантливых детей**

**Цель направления:** создание условий для развития творческих способностей детей, оказание поддержки и сопровождение одаренных детей, способствующие их личностному становлению.

**Задачи направления:**

- совершенствование и реализация системы развития детской одаренности.
- развитие и реализация системы мер адресной поддержки и психолого-педагогического сопровождения одаренных детей.

**Планируемые результаты:**

- интерес к занятиям творческого характера, готовность к познанию и созданию нового;
- творческий характер мышления, творческий потенциал личности;
- опыт самореализации в различных видах творческой деятельности.

### **II. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры обучающихся**

**Цель направления:** создание условий для становления и развития высоконравственного, ответственного, инициативного и социально компетентного гражданина и патриота.

**Задача направления:**

- совершенствование и реализация воспитательных мер, направленных на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание детей.

**Планируемые результаты:**

- ценностное отношение к России, своему народу, краю, семье;
- знание истории своего народа, края, современных достижений соотечественников;
- уважительное отношение к представителям всех национальностей;
- умение устанавливать со сверстниками дружеские отношения, основанные на нравственных нормах;

### **III. Формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и профилактической работы**

**Цель направления:** создание условий в учреждении дополнительного образования, способствующих укреплению физического, нравственно-психического здоровья обучающихся, формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

**Задачи направления:**

- повышение уровня информированности детей и родителей по проблемам, связанным с различными асоциальными явлениями в обществе.
- формирование у обучающихся мотивации к здоровому образу жизни.
- развитие у обучающихся лидерских качеств и умений самостоятельно работать со

сверстниками по продвижению ЗОЖ.

**Планируемые результаты:**

- ценностное отношение к жизни во всех ее проявлениях, качеству окружающей среды, своему здоровью и здоровью окружающих людей;
- осознание ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- соблюдение установленных правил личной гигиены, техники безопасности, безопасности на дороге.

Исходя из основных направлений деятельности подбираются различные формы работы, это могут быть: акции, конкурсы, фестивали, слеты, смены, проекты, выставки, встречи с интересными людьми, круглые столы и т.д.

Работа с учащимися проводится по плану воспитательных мероприятий, который составляется педагогом и ежегодно корректируется с учетом индивидуальных особенностей и уровня развития каждой группы и коллектива в целом.

Кроме традиционных занятий в работе с детьми используются **«домашние концерты»**. Чтобы совершенствовать своё исполнительское мастерство педагоги и дети очень часто посещают **концерты** других творческих коллективов таких как «Зоренька», «Вензеля», «Каблучок», «Веснушки».

**Творческие встречи** детских коллективов – хорошая почва, для решения задач как воспитания, так и обучения. Творческий обмен разных педагогов, а значит и разных хореографических школ всегда приводит обозначению прогрессивных тенденций в творческом плане.

Важным средством и воспитания, и обучения является **творческая поездка**. Она рассматривается как возможность оценки детской результативности и работы, прежде всего самого педагога. Именно творческая поездка способствует формированию таких качеств как ответственность, самоорганизованность, дисциплинированность, взаимовыручка, культура взаимоотношений и поведения в целом.

**Таблица зависимости форм и методов воспитательной работы от общественных категорий**

<b>Общественные категории</b>	<b>Формы и методы</b>
<b>Личность ребёнка.</b> Становление образа «Я» личности в учебе, досуге. Образ «Я» - система представлений личности о себе как о субъекте деятельности, включающая следующие компоненты: когнитивный (совокупность знаний о своих психологических, индивидуальных особенностях), эмоциональный (наличие определенного оценочного отношения к себе), регуляторный (возможность управлять собственным поведением)	Форма: Организация наблюдения и фиксирования изменений в саморазвитии детей. Метод: Использование в качестве инструмента карточки диагностики и развития индивидуальных особенностей детей.
<b>Коллектив.</b> Организация жизнедеятельности детского хореографического коллектива в	Формы: занятие-концерт, занятие-погружение, самостоятельная работа учащихся, занятие-игра, занятие-сказка,

<p>соответствии с общепринятыми нравственными нормами человеческого общения, правилами этикета.</p> <p>Формирование у детей знания о своих правах и механизмов их реализации в современном социуме, культуры коллективного творчества. Создание атмосферы терпимости, доброжелательности, уважения к человеческой личности, взаимопомощи, сотрудничества в коллективной деятельности (содействие коллектива личностному успеху каждого учащегося).</p>	<p>занятие-соревнование и т.д.</p> <p>Методы: обучение старшими учащимися младших, формирование навыков педагогической деятельности у учащихся, навыков создания хореографических композиций, создание проблемных ситуаций и т.д.</p>
<p><b>Семья. Социум.</b> Формирование тесного контакта с семьей, участие родителей в процессе воспитания, доступность для родителей информации об эффективности процесса воспитания ребенка, его индивидуальных особенностях духовно-нравственного становления, повышения психолого-педагогических знаний родителей.</p>	<p>Система психолого-педагогических занятий для родителей, семейные экскурсионные программы, благотворительные праздники и концерты для семьи, юбилейные встречи детских коллективов и родителей, проведение больших родительских педсоветов, дни открытых дверей, видеолекторий для родителей, клубная форма общения родителей, заочный конкурс «Родитель года».</p>

## ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика четвертого и пятого года обучения. – 2-е изд., испр. – Л.: Искусство, 1984 г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рельеф, 1999 г.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 г.
4. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
5. Березова Г. Классический танец в детских хореографических коллективах. – Киев: Музична Украина, 1979 г.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература». – СПб.: Изд-во «Лань», 2001 г.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002 г.
8. Василенко К. Украинский народный танец. – М.: Искусство, 1981 г.
9. Власенко Г.Л. Танцы народов Поволжья. – Самара: Изд-во «Самарский университет», 1992 г.
10. Воронина И. Историко-бытовой танец: Учебное пособие. – М.: Искусство, 1980 г.
11. Гогонов Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. – М.: Издательский центр «Академия», 2000 г.
12. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка. Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003 г.
13. Детский фитнес. М., 2006 г.
14. Есаулов К.А., Есаулова И.Г. Народно-сценический танец. – Ижевск: Международная Славянская Академия наук, образования, искусств и культуры, 1998 г.
15. Звездочки В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры. – Ростов н/Д: «Феникс», серия «Учебники и учебные пособия», 2003 г.
16. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1972г.
17. Климов А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры, балетмейстерских факультетов театральных институтов и учащихся хореографических училищ. – М.: Искусство, 1981г.
18. Коркин В.П., Аракчеев П.В. Акробатика. Каноны терминологии. – М.: Физкультура и спорт, 1989 г.
19. Королева Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец. – М.: Искусство, 1984 г.
20. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс): Учебно-методическое пособие. 2-е изд., доп. – Л.: Искусство, 1981 г.
21. Матвеева В.Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПб ГУП, 1999 г.
22. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Терра-спорт, 2000 г.
23. Тарасова Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. – 2-е изд., испр. и доп. – М.; Искусство, 1981 г.
24. Фольклор – музыка – театр: программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-методическое пособие / под ред. Мерзликовой С.И. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999 г.

## Литература для учащихся, родителей

1. В. Пасютинская. Волшебный мир танца. // М, «Просвещение», 1985.
  - а. Секрет танца. // С-Пб; «Диамант», «Золотой век», 1997.
2. Поэль Карп. Младшая муза. // М., «Современник», 1997.
3. Т. Барышникова. Азбука хореографии.// М., «Айрис пресс», 2000.
4. Детская энциклопедия. Балет. // М., «Астрель-АСТ», 2001.
5. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе.//М., «Астрель-АСТ», 2003.
6. Люси Смит. Танцы. Начальный курс.//М, «Астрель-АСТ», 2001.
7. Учимся танцевать. Азбука балета. // М., 2001.
8. Н. Шереметьевская. Танец на эстраде. // М., «Искусство», 1985.
9. Т.М. Фисанович. Танцы для девочек. // М., «Астрель-АСТ», 2000.
10. Рагислав Захаров. Слово о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
11. Геннадий Пожидаев. Повесть о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
12. Геннадий Пожидаев. Повесть о танце.// М., «Молодая гвардия», 1972.
13. М. Плисецкая. Я, Майя Плисецкая... // М., «Новости», 1994.
14. Татьяна Кравченко. Галина Уланова. // Смоленск, «Русич», 1999.
15. Вера Красовская. Павлова. Нижинский. Ваганова. // М., «Аграф», 1999.
16. Игорь Моисеев. Я вспоминаю... Гастроль длиною в жизнь. // М., «Согласие», 2001.

## ПРИЛОЖЕНИЕ (диагностические методики)

Процедура оценки эффективности обучения по программе в Детской школе искусств предполагает соотнесение следующих параметров и критериев, разработанных преподавателями, с уровнями хореографической подготовки.

### Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
<b>Балетные данные</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• осанка</li><li>• выворотность</li><li>• танцевальный шаг</li><li>• подъем стопы</li><li>• гибкость</li><li>• прыжок</li></ul>
<b>Музыкально-ритмические способности</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• чувство ритма</li><li>• координация движений:</li><li>• нервная</li><li>• мышечная</li><li>• двигательная</li><li>• музыкально-ритмическая координация</li></ul>
<b>Сценическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• эмоциональная выразительность</li><li>• создание сценического образа</li></ul>

Оценке и контролю **результатов обучения** подлежат:

- **Осанка.** Для занятий хореографией кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

- **Выворотность** – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

- **Подъем стопы** – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

- **Танцевальный шаг** – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

- **Гибкость тела** зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

- **Прыжок**, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

- **Координация движений.** Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

- Музыкально – ритмическая координация – это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

**Уровни развития параметров,  
определяющих эффективность хореографической подготовки**

Параметры	Уровни		
	высокий	средний	низкий
<b>Балетные данные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Хорошая осанка</li> <li>• Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах)</li> <li>• Танцевальный шаг от 120<sup>0</sup></li> <li>• Высокий подъем стопы</li> <li>• Очень хорошая гибкость</li> <li>• Легкий высокий прыжок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не очень хорошая осанка</li> <li>• Выворотность в 2 из 3 суставов</li> <li>• Танцевальный шаг 90<sup>0</sup></li> <li>• Средний подъем</li> <li>• Не очень хорошая гибкость</li> <li>• Легкий средний прыжок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плохая осанка</li> <li>• Выворотность в 1 из 3 суставов</li> <li>• Танцевальный шаг ниже 90<sup>0</sup></li> <li>• Низкий подъем</li> <li>• Плохая гибкость</li> <li>• Нет прыжка</li> </ul>
<b>Музыкально-ритмические способности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отличное чувство ритма</li> <li>• Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов)</li> <li>• нервная</li> <li>• мышечная</li> <li>• двигательная</li> <li>• Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Среднее чувство ритма</li> <li>• Координация движений 2 показателя из 3</li> <li>• Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Нет чувства ритма</li> <li>• Координации движений 1 показатель из 3</li> <li>• Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением</li> </ul>
<b>Сценическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене</li> <li>• создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене</li> <li>• Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене</li> <li>• Не может создать сценический образ</li> </ul>

От года к году спектр возможностей учащихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований изменяется с возрастающим уровнем развития параметров для каждого года обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

### **Критерии оценочной деятельности детей.**

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста учащихся, конечно, должен быть сам преподаватель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» учащегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой учащийся и коллектив, а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать заниматься, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец – творчество коллективное и, если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение «здоровое». Если зритель стремится посмотреть выступления хореографического ансамбля, то в коллектив стремятся новые люди, чтобы стать его учениками, значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Одной из «экспертных оценок» являются выступления на концертах, участие в городских, областных, всероссийских и международных конкурсах. Беседуя с детьми об увиденном, будь то конкурс, фестиваль или концерт, у детей вырабатывается способность улавливать красоту, полученные впечатления учат их сравнивать, сопоставлять, вызывают желание поделиться своими соображениями с взрослыми и ровесниками.

Формирование оценочной деятельности у детей в танцевальном объединении происходит по двум направлениям. Во-первых, благодаря изучению творчества мастеров, во-вторых, в сопоставлении с тем, как изменились результаты, прежние и настоящие. У нас не принято сравнивать и сопоставлять «талантливость» работы ровесников. Это может вызвать негативное явление – потерю стремления ребенка подняться в своих знаниях и умениях на более высокую ступень. На наш взгляд, соперничество и конкуренция внутри детского коллектива губительны, так как вместо творчества начинается работа ради первенства, ради успеха.

## **Диагностические материалы**

### ***Вводная диагностика***

#### ***Тест «Мое тело»***

Данное тестирование проводится при приеме ребенка в объединение. Перед тестированием необходимо выполнить комплекс упражнений для разогрева суставно-связочного аппарата, прыжки и гимнастические упражнения на середине зала.

Цель: выявление уровня физического, музыкального и эмоционального развития ребенка.

Задачи: выявить уровень развития специальных физических данных: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкальный слух и уровень творческого развития.

Форма диагностики: индивидуальное тестирование.

«Моё тело». Показать на плакате и на себе где находится:



- позвоночник;
- кисть;
- колено;
- локоть;
- стопа.

### *Тест «Уровень физических данных»*

#### 1. Выворотность ног.

Поставить ребенка к станку в I позицию. Попросить глубоко присесть, отрывая постепенно пятки так, чтобы бедра как можно больше раскрылись в стороны. Обратит внимание: легко или с трудом он это делает.

#### 2. Подъем стопы.

Попросить ребенка из I позиции выдвинуть ногу в сторону, колено выпрямить. Осторожными усилиями рук проверить эластичность и гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму.

#### 3. Балетный шаг.

Ребенок становится боком к станку, держась за него одной рукой. Из I позиции работающую ногу, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъемом поднимают в сторону, до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. Норма выше 90 градусов.

#### 4. Гибкость тела.

Ребенка поставить так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно подстраховать, придерживая за руки. При прогибе вперед ребенок должен медленно наклонить корпус, сильно вытянув позвоночник, стараясь достать животом, грудью и головой ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног. При хорошей гибкости корпус обычно свободно наклоняется вперед.

#### 5. Прыжок.

Проверяется высота прыжка в свободном положении ног с предварительным коротким приседанием. Прыжки выполняются несколько раз подряд.

#### 6. Координация движений.

Попросить ребенка повторить несложную комбинацию 2-3 движений.

### *Тест «Уровень творческого развития»*

#### Музыкальный слух.

Игра «Повторяй за мной». Попросить ребенка повторить ритмический рисунок за педагогом. Педагог молча хлопает в ладоши какой-нибудь ритм, примерно 5-7 секунд, ребенок старается воспроизвести этот ритм как можно точнее, выдерживая все паузы и длительность. Повторить так 5 раз, постепенно усложняя рисунок.

#### Эмоциональность.

Игра «Попробуй, повтори». Предложить ребенку рассмотреть изображение и повторить эмоциональное состояние.

Радость



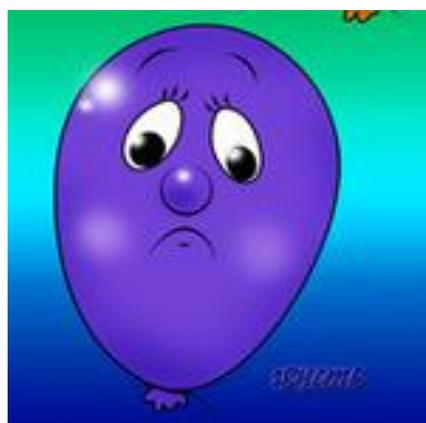
Недовольство



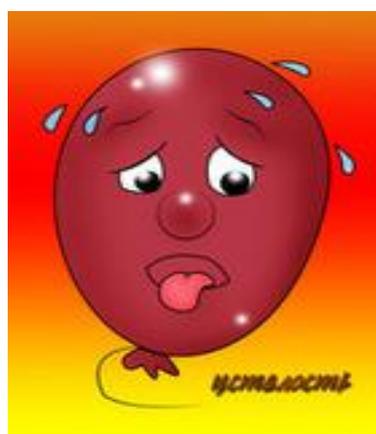
Злость



Грусть



Усталость



Воображение.

Игра «Расскажи без слов». Предложить ребенку «рассказать» стихотворение «Идет бычок качается» без слов. Уточнить у ребенка, требуется ли время для подготовки.

### Оценочный лист учащегося

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Задания	Уровень			примечание
	оптимальный	хороший	допустимый	
«Моё тело»				
<b>Физическое развитие</b>				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
<b>Творческое развитие</b>				

Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				

**Всего баллов:** \_\_\_\_\_

### Критерии оценки вводной диагностики

*Оптимальный уровень (3 балла):*

- четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа);
- имеет природную выворотность ног;
- подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму;
- балетный шаг выше 90 градусов;
- легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию;
- безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок;
- без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики;
- не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен, креативен. Допускается 10 минут на подготовку. Найденное решение соответствует поставленной задаче, выдает полностью самостоятельный творческий продукт.

*Хороший уровень (2 балла):*

- знает названия частей тела,
- легко стоит в 1 полувыворотной позиции;
- может натянуть стопу;
- балетный шаг 70 – 80 градусов;
- прыжок с приземлением на полупальцы;
- выполняет упражнение на координацию со второй попытки;
- безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка;
- повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний;
- выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен.

*Допустимый уровень (1 балл):*

- не знает названия частей тела;
- не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции;
- слабая стопа;
- балетный шаг ниже 70 градусов;
- прыжок низкий с приземлением на всю стопу;
- выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток;
- неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки.
- выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность;
- для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: малоэмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации.

## Оценка уровня физических данных и творческого развития учащихся

Оптимальный уровень – более 28 баллов

Хороший уровень-18 – 27 баллов

Допустимый уровень – до 17 баллов

Эти тесты используются для промежуточной диагностики.

### Критерии оценки промежуточной диагностики учащихся 1 года обучения

*Оптимальный уровень (3 балла):*

- ярко выражено **развитие** специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- ярко выраженный рост некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно и оригинально;
- легко перевоплощается, эмоционален;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

*Хороший уровень (2 балла):*

- развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- нет роста некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- эмоционален, вживается в образ;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- перевоплощается, повторяя движения за кем-либо;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

*Допустимый уровень (1 балл):*

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален;
- не импровизирует, имитационные движения носят репродуктивный характер;
- в коллективном исполнении допускает более 2 ошибок;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

### Оценка уровня знаний, умений учащихся.

*Оптимальный уровень:* более 30 баллов

*Хороший уровень:* 20-30 баллов

*Допустимый уровень:* до 19баллов

## Диагностические материалы для учащихся 2 года обучения

Учащимся предлагается выполнить ряд тестовых упражнений.

### Тест «Уровень физических данных»

#### 1. Выворотность ног.

Выполнить упражнение «Лягушка». Упражнение выполняется, лежа на спине с подтягиванием стоп к ягодицам и последующим раскрытием бедер в стороны.

#### 2. Подъем стопы.

И.п.: сидя, ноги вместе стопы натягиваются и сокращаются по VI позиции вместе, поочередно, с круговыми вращениями (руки на поясе, спина прямая).

#### 3. Балетный шаг.

Ребенок становится боком к станку, держась за него одной рукой. Из I позиции работающую ногу, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъёмом поднимают в сторону, до той высоты, до какой позволяет это делать бедро.

#### 4. Гибкость тела.

Ребенка поставить так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно подстраховать, придерживая за руки. При прогибе вперед ребёнок должен медленно наклонить корпус, сильно вытянув позвоночник, стараясь достать животом, грудью и головой ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног.

#### 5. Прыжок.

Выполнить 16 сотте.

#### 6. Координация движений.

Выполнить комбинацию танцевальных движений «Кузнечик» (комбинация выучена на 1 году обучения).

### Тест «Уровень творческого развития»

Музыкальный слух.

- Прохлопать, а затем протопать определенный ритмический рисунок (каждому учащемуся педагог задает разный ритмический рисунок).
- Прослушать отрывки музыкальных произведений П.И. Чайковского «Болезнь куклы» и «Новая кукла». Определить соответствие музыки и названия (используется метод голосования). Объяснить свое мнение (индивидуальный опрос).
- протанцевать прослушанную музыку (танцуют все одновременно).

Упражнение «Мяч» Педагог: Сейчас все вы превращаетесь в мячи, но только мячи сдувшиеся. Я возьму в руки воображаемый насос и буду надувать вас со звуком «Ш-ш-ш...», а вы будете расти, надуваться с нарастающим звуком «О-о-о...». Затем я постараюсь поиграть с вами, как с самыми настоящими мячами.

### Тест «Уровень освоения программы»

1. Показать на себе, где находятся: ребра, позвоночник, плечо, лопатка, ключица, локоть, кисть, колено, стопа.
2. «Определи музыкальный жанр». Дай характеристику музыкальному произведению.
3. Выполнить у станка упражнения:
  - Releve;
  - Demi plié

Критерии оценки

Оптимальный уровень:

- соблюдает выворотность ног при выполнении поклона, марша и балетного шага;
- максимально тянет стопу;
- балетный шаг не ниже 130 градусов;
- упражнение на гибкость тела «Кошечка» выполняет легко, красиво, непринужденно.
- прыжок легкий, высокий.
- координация движений уверенная, безошибочная;
- не допускает ошибок в игре «Передай ритм». Передает ритм четко, громко, уверенно;
- фантазирует, импровизирует, движения разнообразны;
- передает музыку и ее тему в движениях, эмоционален.
- четко знает комплексы разогрева мышц.
- безошибочно выполняет комбинацию танцевальных движений.
- соблюдает правила постановки корпуса.

Хороший уровень:

- соблюдает выворотность ног после напоминания педагога достаточно долгое время;
- тянет стопу, но не использует максимально свои возможности;
- балетный шаг не ниже 90 градусов;
- упражнение на гибкость тела «Кошечка» выполняет правильно, но напряженно;
- прыжок легкий, но недостаточно высокий.
- координация движений уверенная, но с допущением 1-2 ошибок и самостоятельным исправлением их;
- недостаточно уверенно, но правильно выполняет ритмический рисунок в игре «Передай ритм»;
- фантазирует, импровизирует, но движения однообразны;
- выполняет движения под музыку, «включает» эмоции после подсказки педагога.
- знает комплексы разогрева мышц, но допускает паузы, вспоминая последовательность упражнений;
- в танцевальных комбинациях допускает 1-2 ошибки или выполняет верно, не в полную силу;
- редко требуются напоминания педагога по постановке корпуса.

Допустимый уровень:

- соблюдает выворотность ног и натянутость стопы при постоянном напоминании педагога;
- балетный шаг ниже 90 градусов;
- при выполнении «Кошечки» допускает ошибки, отсутствует пластичность, гибкость;
- допускает ошибки при выполнении прыжка, упражнений на координацию.
- нарушает ритмический рисунок, не выдерживает паузы в игре «Передай ритм»;
- малоэмоционален, в импровизации повторяет движения за другими детьми или выполняет элементарные движения, которые не всегда музыкальны.
- допускает ошибки при выполнении комплекса разогрева и в танцевальных комбинациях, работает не в полную силу;
- допускает ошибки в постановке корпуса.

Оценка уровня знаний, умений обучающихся

Оптимальный уровень: более 30 баллов

Хороший уровень: 20-30 баллов

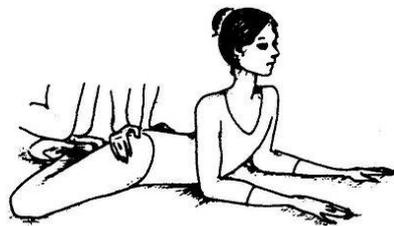
Допустимый уровень: до 19 баллов

### Тесты итоговой диагностики учащихся

#### Тест «Уровень физических данных»

##### 1. Выворотность ног.

Выполнить упражнение «Лягушка». Лежа на животе, бедра отводятся, колени сгибаются, стопы касаются друг друга подошвенной частью. Спину максимально прогнуть назад.

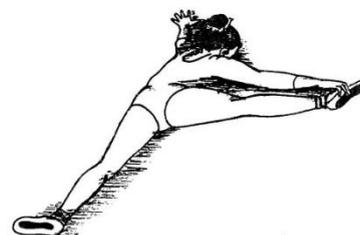


##### 2. Подъём стопы.

И.п.: сидя, ноги вместе стопы натягиваются и сокращаются по VI позиции вместе, поочередно, с круговыми вращениями (руки на поясе, спина прямая).

##### 3. Балетный шаг.

Лежа на животе, ноги фиксируют I позицию. Поднять ногу вверх – в сторону, притянуть ее рукой к себе и вернуть в исходное положение.



##### 4. Гибкость тела.

И.п.: сидя, ноги вместе. Выполняется «складка» - наклоны корпуса к ногам. Колени максимально вытянуты (с натянутыми и сокращенными стопами по VI п.).

И.п.: сидя, ноги разведены в стороны. Поочередные наклоны корпуса к правой, левой ноге и прямо, животом касаясь пола (стопы натянуты и сокращены).

##### 5. Прыжок.

Выполнить 16 соте и 16 прыжков с поджатыми назад ногами.

##### 6. Координация движений.

Игра «Вращай одновременно». Предложите детям правой ногой крутить “от себя”, а правой рукой крутить к “себе”.

Левой рукой хлопать себя по голове, одновременно правой рукой гладить свой живот справа налево и слева направо.

Левой рукой как бы забивать гвоздь молотком, а правой гладить что-то утюгом.

#### Тест «Уровень творческого развития»

##### Музыкальный слух.

- Определить мажорная или минорная музыка;
- определить музыкальный размер;
- проанализировать музыкальное произведение;
- передать хлопками ритмический рисунок.

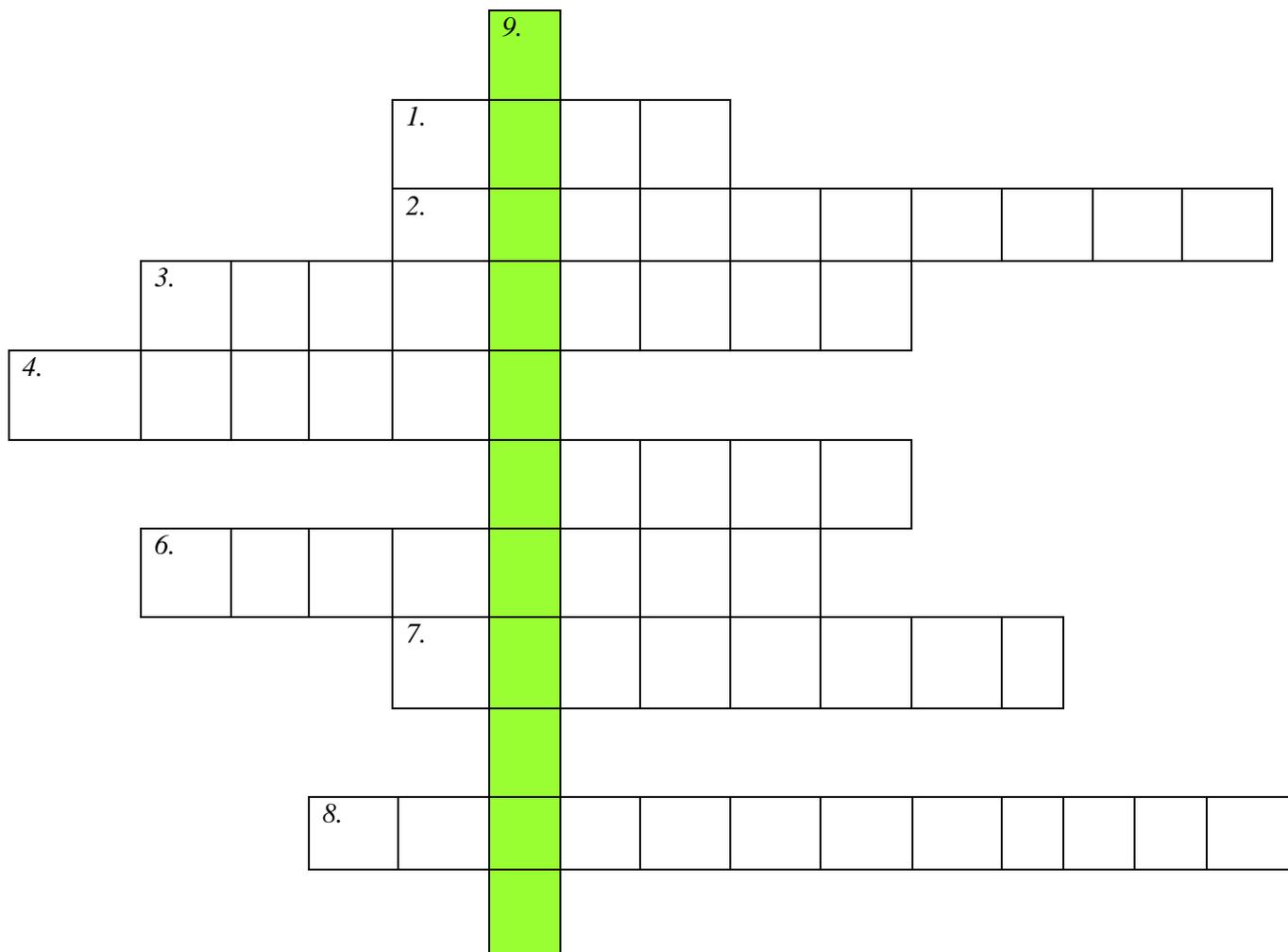
Игра «Несуществующее животное». Инструкция: Сейчас мы превратимся в несуществующих животных. Закройте глаза. Придумайте каждый своё несуществующее животное, изобразите, какая у него рожица. Покажите друг другу. Теперь придумайте, какие могут быть ноги у вашего животного, подвигайтесь. Какие могут быть руки (лапы) у вашего животного, подвигайте руками. Соединим движения рук и ног, подвигаемся. Теперь добавим рожицу. Продолжаем двигаться по залу. Придумайте, какой звук может издавать ваше животное. Пообщайтесь друг с другом. Молодцы.

Анализ: Как ты справился с заданиями? Легко ли тебе было фантазировать? Удалось ли тебе пообщаться с другими «животными»?

«Уровень освоения программы»

Разгадай кроссворд.

Ответьте правильно на вопросы 1 – 8, и вы легко найдете ответ на вопрос №9



*Вопросы*

*По горизонтали:*

1. Один из простых прыжков, такое же название имеет блюдо в кулинарии.
2. Рие на русском языке обозначает.....
3. Фамилия известной балерины с необычным именем – Майя.
4. Медленная часть танца.
5. «Большой» - по-французски.
6. Промежуток, расстояние. Необходимо соблюдать в фигурах, рисунках танца.
7. Комплекс упражнений для разогрева.
8. Одно из основных свойств музыкального звука, результат продолжительности колебания.

*По вертикали:*

9. искусство танца



**Ответы:**

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1. Соте       | 4. Адажио   |
| 2. Приседание | 5. Гранд    |
| 3. Плисецкая  | 6. Интервал |

7. Разминка  
8. Длительность

9. Хореография

**Оценочный лист  
Итоговая диагностика**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
<b>Физическое развитие</b>				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
<b>Творческое развитие</b>				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
<b>Уровень освоения программы</b>				
Ориентация в пространстве				
Танцевальные комбинации				
Техника движений				

**Всего баллов** \_\_\_\_\_

**Критерии оценки**

*Оптимальный:*

- максимально использует свои физические данные;
- чувствует характер музыки и в соответствии с этим передает настроение;
- эмоционален, легко вживается в образ, «работает» на зрителя;
- легко ориентируется в пространстве;
- слаженное исполнение в коллективе;
- отличное знание танцевальных комбинаций;
- соблюдает технику исполнения движений;
- в сочинении этюда проявляет оригинальность, воображение.

*Хороший:*

- не всегда использует свои физические данные в полную силу;
- движения музыкальны;
- эмоционален, легко вживается в образ, но не обращает внимание на зрителя;
- быстро подстраивается к коллективу в исполнении танцевальных номеров;
- хорошо знает танцевальные комбинации;
- допускает помарки в технике выполнения движений (кратковременное неверное положение рук, ног).
- В сочинении этюдов действует активно, но стандартно;

*Допустимый:*

- Не использует свои физические данные в полную силу;

- Движения не всегда музыкальны;
- Малоэмоционален;
- плохо ориентируется в сценическом пространстве;
- Теряется в исполнительской деятельности, не сразу подстраивается к коллективу;
- допускает ошибки в танцевальных комбинациях;
- Часто нарушает технику исполнения движений;
- В сочинении этюдов пассивен.

***Оценка уровня знаний, умений обучающихся***

*Оптимальный уровень:* более 32 баллов

*Хороший уровень:* 20 -32 балла

*Допустимый уровень:* до 19 баллов