

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
«Потанцуем... Поиграем»

Возраст учащихся: 6-14 лет

Срок реализации: 7 лет

Автор-составитель:
Докина Оксана Александровна,
преподаватель

г. Пенза, 2025 г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Потанцуем... Поиграем»:

- по содержанию является художественной
- по уровню освоения продвинутой
- 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»;
- 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»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный

педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

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.

Дополнительная общеразвивающая программа «Потанцуем... Поиграем» имеет **художественную направленность**, направлена на развитие творческих способностей обучающихся, поддержание их физического и психического здоровья, передачу духовного и культурного опыта человечества, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Актуальность программы для общества.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом общества и государства на формирование мотивирующего жизненного пространства, определяющего самоактуализацию и самореализацию личности, где воспитание человека начинается с формирования мотивации к познанию, творчеству, приобщению к ценностям и традициям культуры русского народа. Именно на развитие устойчивого познавательного интереса к занятиям хореографией направлена данная программа.

Актуальность программы для ребенка.

Современное общество ориентирует человека на достижение успеха и формирование конкурентоспособной личности. Определенный вклад в воспитание детей вносит хореография. Танец – это искусство, а искусство должно отражать жизнь в образно-художественной форме. Изучение русского народного танца, правильное понимание стиля, характера, манеры его исполнения воспитывает хороший вкус, чувство национальной гордости за свой народ, любовь к Родине.

Данная программа дает возможность включить обучающихся в культурную и социальную практику, активную творческую жизнь (участие в концертах, городских праздниках, фестивалях и смотрах).

Новизна программы заключается в авторских приемах и способах подачи хореографического материала, системе постановочной и репетиционной работы с обучающимися на основе авторских балетмейстерских постановок, особом почерке авторов-постановщиков, формирующем стиль **«Народного (образцового) коллектива «Хореографический ансамбль «Игрица»**.

Образовательный процесс включает в себя формирование у обучающихся знаний, умений и навыков исполнения областных особенностей русского танца, основанных на истоках, изучении и обработке народного фольклора (игры, сказки, традиции и др.).

Отличительные особенности программы:

Специфика хореографического искусства определяется его многогранным воздействием на человека, что обусловлено самой природой танца как синтетического вида искусства. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, дает толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Потанцуем... Поиграем» предполагает раскрытие творческих способностей обучающихся, формирует психологическую готовность к трудностям посредством работы над танцевальными постановками, умение держать себя в сценическом образе и быть уверенным в себе.

Программа является авторской, разработана на основе примерных программ в области хореографического искусства, концептуальных идей великих педагогов-хореографов Устиновой Т.А., Надеждиной Н.С., Кольцовой М.М., Моисеева И.А.

В программу включены авторские методики по формированию навыков танцевального мастерства Мурановой С.И., Заслуженного работника культуры РФ, основателя и художественного руководителя народного хореографического ансамбля «Каблучок».

1. Система обучения строится по ступеням «Мы играем», «Мы учимся», «Мы танцуем», взаимосвязанным между собой. Каждая последующая ступень является развитием, совершенствованием предыдущей.

В основе ступенчатой формы обучения танцевальному мастерству лежит психолого-педагогическая теория поэтапного формирования знаний, умений А.Я. Гальперина, И.Б. Сенновского, П.И. Третьякова и др.

2. Программа «Потанцуем... Поиграем» обращена к народной хореографии, а именно к русскому танцу, к областным особенностям русского танца. При создании данной программы учитывался тот факт, что фольклор – синтез различных видов искусства: устного народного творчества, пения, танца, драматургии. В процессе обучения обучающийся получает глубокие знания по данным направлениям.

3. Работа над танцевальными постановками начинается с игры. Ведь в игре учащийся живёт, примеряет на себя роли, образы. В программе авторы хотят именно через игру привлечь интерес к истории и быту русского народа.

Основой программы является репертуар, который демонстрируется на праздниках, конкурсах, концертах.

Реализация программы осуществляется на основе следующих *принципов*:

1. *Природосообразность* – воспитание с опорой на природу ребенка, учитывая психолого-физиологические и сензитивные особенности.

2. *Наглядность* – показ физических упражнений и элементов танца, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.

3. *Доступность* – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности танцора.

4. *Систематичность* – регулярность занятий, система в построении содержания и процесса обучения.

5. *Культуросообразность* – воспитание чувства «прекрасного», умения жить по законам красоты, правильно понимать и создавать прекрасное в жизни, приобщение к культурному наследию и национальным традициям.

6. *Социосообразность* – формирование определенных нравственных и эстетических качеств, которые служат основой выбора жизненных идеалов и социального поведения.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что такой подход к обучению направлен на максимальное раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, возможность их реализации в разных направлениях хореографического искусства, а также на развитие их сценической культуры.

Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у обучающихся правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы, приобщает их к истокам национальной культуры и необходимости возрождения былых традиций и духовности русского танца.

Практическая значимость программы. Занятия хореографией комплексно воздействуют на развитие ребенка: музыкальное восприятие благотворно влияет на нервную систему, способствует эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ; совершенствуют тело ребенка физически; воспитывают через музыку и танец духовно; развивают воображение, эстетический вкус, пространственное мышление; синхронизируют работу всего тела; формируют умение планировать.

Адресат программы. Программа «Потанцуем...Поиграем» адресована обучающимся в возрасте 7-14 лет.

Возраст 7-11 лет (по Д.Б. Эльконину) – в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов – возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, учащиеся требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения).

Слабые стороны в физиологии детей этого возраста – быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться от 30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток).

Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность.

Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В группах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание

окружающего мира. Поэтому эти учащиеся особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

11-14 лет – в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Учащийся быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечнососудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (учащиеся порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности – оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 7 лет обучения. На полное освоение программы требуется 1728 часов. При наличии отставания программа может быть реализована в полном объеме за счет укрупнения дидактических единиц.

1 год обучения – 216 ч.

2 год обучения – 216 ч.

3 год обучения – 216 ч.

4 год обучения – 216 ч.

5 год обучения – 288 ч.

6 год обучения – 288 ч.

7 год обучения – 288 ч.

Форма реализации образовательной программы – очная. Основной формой обучения является занятие.

Режим проведения занятий соответствует возрасту учащихся:

Продолжительность академического часа: 30 минут - для обучающихся до 8 лет, 40 минут – для остальных обучающихся.

1-4 годы обучения – 6 часов в неделю (2 раза в неделю по 3 часа в день),

5-7 годы обучения – 8 часов в неделю (4 раза в неделю по 2 часа в день).

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

В учебные группы зачисляются все желающие учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям хореографией, по письменному заявлению родителей (законных представителей).

Занятия проводятся в группах постоянного состава. Наполняемость в группах в среднем составляет 15-18 человек.

Также предусмотрены дополнительные условия приема в детское объединение на вакантные места на 2-ой и последующие годы обучения детей, имеющих танцевальную подготовку соответствующего возраста, так как материал содержит возможность включать в работу «новичков».

Это, в свою очередь, дает возможность прибывшим детям на практике перенимать мастерство у «опытных» обучающихся, что благотворно влияет на профессиональные и межличностные отношения детей, способствует укреплению коллектива.

Программа состоит из **5 разделов**:

- *ритмическая гимнастика*
- *классический танец*
- *русский танец*
- *постановочная работа*
- *концертная деятельность*
- *воспитательная работа*

Программа имеет интегрированный характер, все разделы связаны между собой и объединены единой целью.

Программа «Потанцуем... Поиграем» имеет **три уровня освоения**: стартовый, базовый, продвинутый.

Цель стартового уровня – подготовка организма ребенка к большим физическим и эмоциональным нагрузкам, которые будут даваться в дальнейшем на занятиях хореографией, развитие творческих начал и духовной культуры личности с помощью игровых народных традиций.

Задачи:

- формирование устойчивого интереса к занятиям хореографией;
- подготовка к освоению основных разделов программы;
- воспитание чувства коллективизма;
- развитие самостоятельности и ответственности.

На данном этапе особое внимание уделяется обучению владением культурой движения, развитию у обучающихся гибкости, выворотности, пластичности, чувства ритма, темпа, музыкальных форм, чувства коллективизма. Ведется также обучение ориентировке в пространстве, уделяется внимание постановке корпуса. Занятие ведется с использованием элементов игровой, этюдной формы.

Базовый уровень – этап формирования и закрепления основных навыков и умений, подготовки к концертам и выступлениям на концертах и праздниках, изучения классического экзерсиса, основных элементов народного танца, освоение видов народного танца. Обучающиеся активно участвуют в концертах.

Цель базового уровня – формирование у обучающихся физических и волевых качеств, необходимых для занятий хореографией.

Задачи:

- развитие двигательных и координационных функций, профессиональных данных (выворотности ног, гибкости, танцевального шага, прыжка) у обучающихся при помощи физических упражнений, народного и классического экзерсисов;
- формирование базовых знаний, умений и навыков, на которых будет строиться работа на углубленном этапе;

- определение возможностей детей в исполнении трюков, индивидуальная отработка трюков;
- формирование детского коллектива;
- овладение концертным репертуаром, соответствующим возрасту обучающихся и требованию программы.

Происходит формирование знаний и умений по разделам «Ритмическая гимнастика», «Классический танец», «Русский танец», «Постановочная работа». Упражнения гимнастики и акробатики развивают разнообразные группы мышц и суставов, содействуют координации движений, их точности, выразительности. Динамическая разминка подготавливает мышцы ребенка для занятий классическим танцем.

Занятия по **основам классического танца** укрепляют и развивают мускулатуру ног, рук, всего тела, вырабатывают устойчивость, гибкость, выворотность, способствуют устранению косолапости и сутулости. Внимание уделяется постановке корпуса, что способствует укреплению осанки учащегося. Здесь приобретается не только сила мышц и танцевальная техника, но и то изящество, без которого сценический танец невыносим. Тренаж разогревает суставно-связочный аппарат, предупреждая растяжения и вывихи при разучивании и исполнении сложных танцевальных движений, поэтому должен проводиться регулярно. Все упражнения выстраиваются с учетом постепенного возрастания физической нагрузки.

В процессе изучения **русского танца** обучающиеся знакомятся с бытом и историей русского народа. Русский танец очень содержателен, в нем есть драматическая основа и сюжет. На занятиях у обучающихся формируются не только представления о хореографии, но и элементы общечеловеческой культуры: корректное поведение, ответственность, трудолюбие, самоконтроль. Все эти качества связаны с творчеством опосредованно. Они являются базой для дальнейшего развития творческой жизни детей.

Постановочная работа осуществляется посредством детского танца. Детский танец – это выразительный язык общения, первая ступенька к высотам актерского мастерства. С помощью постановочной и репетиционной работы у участников происходит построение гармоничных отношений с собой и окружающими. Постановочная работа является одним из направлений творческой деятельности. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся). Темы для постановочной работы вызывают интерес у детей. Ведь они любят играть во «взрослые игры». Познание материального и духовного мира у них в основном происходит через подражательные игры. Поэтому при создании творческих номеров широко используется метод моделирования детьми «взрослых отношений».

Продвинутый уровень – этап совершенствования полученных знаний, умений и навыков, самосовершенствования и творческой самореализации, активного участия в концертных программах.

Задачи:

- совершенствование движений основ классического и русского танца;
- углубленное изучение областных особенностей русского танца. Знакомство с традициями, костюмом разных областей Российской Федерации;
- развитие артистичности, художественной выразительности и образности;
- освоение трюков, соответствующих индивидуальным возможностям.

На данном уровне происходит более углубленное изучение разделов программы. Ведется

полноценное воплощение художественного замысла в сценическом номере, который включает в себя два компонента: техническое совершенство и связанную с ним выразительность пластического образа. Дается профильное образование в области хореографии, что позволяет обучающимся поступать в хореографические училища и высшие учебные заведения на хореографические отделения, вести занятия с детьми на уровне начальной танцевальной подготовки. Происходит совершенствование хореографической подготовки, вырабатываются умения применять знания на практике.

На первом этапе обучения (7-8 лет) активно используются игровые методики.

На втором этапе (9-12 лет) – обучающие методики.

На третьем (13-14 лет) – развивающие методики и методики самосовершенствования.

Раздел «Воспитательная работа»

Воспитание – обязательная часть образовательного процесса. Оно направлено на обеспечение персонального жизнестроительства обучающихся в контексте позитивной социализации как здесь и сейчас, так и на перспективу в плане их социально-профессионального самоопределения, реализации личных жизненных замыслов и притязаний.

Воспитательная работа ставит перед собой следующие задачи:

- воспитание и развитие свободной, жизнелюбивой, талантливой личности, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению;
- воспитание творческой личности выпускника, свободной, законопослушной, информационно-грамотной, интегрирующей в себе культурологическое и духовное богатство россиян, конкурентоспособной на рынке образования и труда, способной к постоянному саморазвитию, самосовершенствованию.

Воспитательный процесс в хореографическом ансамбле «Игрица» представляет собой целостную динамическую систему, направленную на формирование творческого коллектива, создание комфортной обстановки, благоприятных условий для успешного развития индивидуальности каждого ребенка. Создание таких условий осуществляется через включение ребенка в различные виды социальных отношений в обучении, общении и практической деятельности.

Воспитательная работа в ансамбле осуществляется в соответствии с общим планом воспитательной работы ДШИ и включает следующие направления:

- духовно-нравственное воспитание;
- патриотическое воспитание;
- эстетическое воспитание;
- здоровье сбережение;
- познавательно-досуговое;
- работа с родителями;
- формирование традиций.

Формы занятий

Программа предполагает использование в работе групповых и коллективных учебных занятий с постоянным составом обучающихся, концертные выступления, конкурсы, постановочную и репетиционную работу.

По педагогическим задачам занятия делятся на:

- *обучающие* (разучивание фигур и этюдов);
- *тренировочные* (отработка учебных и конкурсных постановочных работ);
- *итоговые* (технические зачеты, открытые уроки, мини-конкурсы),
- *постановочные* (постановка и репетиции концертных и показательных номеров);
- *комбинированные* (являются основной формой практических занятий и включают в себя теоретические и практические элементы).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Народный (образцовый) коллектив «Хореографический ансамбль «Игрица» работает по модели профессионального хореографического коллектива. Обучающиеся изучают и реализуют на практике танцевальные элементы, которые совершенствуются, и достигают высокого уровня исполнения в процессе репетиционной работы и выступлений. Более глубокому усвоению знаний и навыков исполнительского мастерства способствует методическое обеспечение:

- опыт хореографов и педагогов: опыт Вагановой А.Я., Тарасова Н.И., Устиновой Т.А., Надеждиной Н.С., Кольцовой М.М., Моисеева И.А., Голизовского К.Я. и других. Все знания, полученные из опыта великих людей, являются фундаментом для освоения исполнительского мастерства, постановочной работы.

- просмотр фильмов, отражающих эпоху и атмосферу предстоящих к изучению танцевальных номеров.

- прослушивание классической и народной музыки для создания атмосферы предстоящих к изучению танцевальных номеров и погружения юного танцора в предлагаемые обстоятельства.

- просмотр видеофильмов концертов и балетов ведущих танцевальных коллективов страны с последующим обсуждением.

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели и задач программы в процессе обучения необходимо опираться 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 как возможность применять полученные знания в другой деятельности.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие методы:

- наглядный (показ упражнений, танцевальной комбинации или танца; использование видеоматериалов по различным жанрам танцевального искусства);
- практический (упражнения, тренинги, репетиции, сопоставление увиденного и исполненного в танце);
- словесный (объяснение, диалог, беседа, консультация);
- игровой (использование игр: развивающих, познавательных, а также игр, способствующих развитию музыкального слуха, внимания, воображения у детей с учетом специфики программы);
- психологические и социологические (анкетирование, психологические тесты для выявления индивидуальных личностных качеств ребенка);
- метод стимулирования (поощрение, награждение, благодарность);
- метод мотивации (создание ситуации успеха, совет, настрой);
- анализ деятельности (сравнение и обобщение, самоконтроль, самоанализ).

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование;
- исследование.

Формы организации образовательного процесса:

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

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

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

Творческие встречи детских коллективов – хорошая почва, для решения задач как воспитания, так и обучения. Творческий обмен разных педагогов, разных

хореографических школ всегда приводит к 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.

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 обучающегося в работе группы; стимулирование обучающихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на занятии, позволяющих каждому обучающемуся 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 обучающимся в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данной технологии создается атмосфера обучения и воспитания, в которой учащийся 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 обучающихся, 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 обучающихся и, таким образом, к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению материала.

3. Технология «Диалог культур»

Данная технология способствует:

- формированию у обучающихся 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;
- 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 обучающихся 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.

4. Технология группового обучения обеспечивает активный учебный процесс, достижение высокого уровня усвоения содержания. Однородная групповая работа предполагает выполнение небольшими группами обучающихся одинакового для всех задания, например, отработку отдельного танцевального элемента, а дифференцированная – выполнение различных заданий разными группами исходя из физических данных обучающихся. В ходе работы поощряется совместное обсуждение хода и результатов работы, обращение за советом друг к другу. При групповой форме работы обучающихся 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 слабый учащийся, поскольку его знания актуализируются, конкретизируются, приобретают гибкость, закрепляются именно при объяснении своему согруппнику.

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 обучающихся, применяются следующие формы здоровьесберегающей технологии:

1. Подвижные музыкальные игры, благодаря которым учащиеся 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. Обучающимся 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. Учащиеся 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 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: развитие личности учащегося средствами хореографии.

Задачи, направленные на достижение **предметных результатов** освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- овладение техникой и пластикой движений на основе народного и классического танцев;
- формирование устойчивого интереса у детей к хореографии;
- формирование интереса к профессии хореографа.

Задачи, направленные на достижение **личностных результатов** освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- развитие способности к взаимопониманию, танцевальной творческой этики;
- формирование основ саморазвития и самовоспитания, готовности и способности к самостоятельной творческой деятельности;
- формирование нравственных качеств и эстетического отношения к миру на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Задачи, направленные на достижение **метапредметных результатов** освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- формирование умения самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
- развитие умения продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- формирование навыков познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, новых познавательных задач и средств их достижения.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

после первого года обучения учащийся будет

знать:

- начальные понятия музыкальной азбуки (музыкальный размер, ритм, музыкальная фраза);
- танцевальную терминологию (название танцевальных фигур по возрасту);
- понятия о жанрах музыки: марш, песня, танец;
- этикет общения с педагогом и детьми в коллективе.

уметь:

- свободно и правильно исполнять общеразвивающие упражнения;
- слушать музыку;
- правильно и красиво исполнять репертуар общеразвивающих танцев;
- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку и легкий шаг с носка,
- высокое колено, шаг подсок;
- ориентироваться в пространстве (соблюдать рисунок: линию, круг, интервалы);
- станцевать небольшие комбинации (16 тактов) на пройденном материале;
- отличать в движении сильную долю такта.

По окончании второго года обучения учащийся будет

знать:

- навыки второго года обучения;
- названия изучаемых движений;
- народные танцы;
- правила мышечного разогрева;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов.

уметь:

- исполнять движения второго года обучения;
- исполнять движения в характере музыки – четко, сильно, медленно, плавно;
- исполнять движения на начало музыкальной фразы;
- отличать такты и музыкальные размеры;
- владеть координацией изученных движений;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, хоровод, пляска.

По окончании третьего года обучения учащийся будет

знать:

- позиции ног и рук классического танца, народно-сценического танца;
- танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом;
- элементы русского танца (основные движения и ходы): ковырялочка, моталочка, маятник;
- названия изучаемых движений;
- правила мышечного разогрева;

- основы тренажа гимнастики;
- элементы классического танца.

уметь:

- исполнять основные упражнения у станка и на середине зала;
- уметь грамотно выполнять основные танцевальные шаги;
- уметь выразительно и грамотно исполнять репертуар данного года;
- владеть основами начальной акробатики;
- бережно относиться к танцевальному костюму.

По окончании четвертого года обучения учащийся будет

знать:

- танцевальные термины и название упражнений по данному году обучения;
- знать правила исполнения упражнений по классическому тренажу и их названия;
- правильное положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое.

уметь:

- грамотно исполнять движения по классическому танцу (станок, середина);
- грамотно исполнять движения русского танца: переменный ход (виды) - хороводный шаг, вращение на месте и в движении, простые дроби, простые присядки, хлопущки;
- вращать по диагонали (шене, шаг подскок);
- владеть основами гимнастики.

По окончании пятого года обучения учащийся будет

знать:

- танцевальные термины классического и народного танца;
- рисунок положений и уровней рук и ног танцев Вологодской и Курской областей;
- знать изучаемый материал по классическому танцу (станок, середина);
- знать изучаемый материал по народному танцу (станок);
- ходы, дроби, шаги танцев Вологодской и Курской областей.

уметь:

- исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы;
- исполнять танцы музыкально, грамотно, эмоционально;
- определять ритмический рисунок танца;
- выполнять базисные упражнения русского танца;
- отличать ходы, дроби, шаги танцев Вологодской и Курской областей.

По окончании шестого года обучения учащийся будет

знать:

- нормы сценической культуры, поведения и общения;
- знать изучаемый материал по классическому танцу (станок, середина);
- знать изучаемый материал по народному танцу (станок, середину);
- классический, музыкальный материал;
- отличительные особенности ходов, дроби, шагов танцев Костромской области.

уметь:

- выполнять ходы, дроби, шаги танцев Костромской области;
- правильно и четко исполнять материал данного года обучения;
- импровизировать под определенную музыку;
- сочинять танцевальные этюды по заданным темам;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать свое тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

По окончании седьмого года обучения учащийся будет

знать:

- ходы, дроби, шаги танцев Вологодской области;
- положения рук танцев Курской области;
- положения в паре танцев Вологодской области;
- структуру танцевальных постановок;
- основы классического танца;
- основы народного танца;
- гимнастический тренаж.

уметь:

- свободно владеть музыкальными, танцевальными терминами;
- исполнять развернутые танцевальные комбинации в экзерсисе у станка и на середине зала;
- отличать ходы, дроби, шаги танцев Вологодской, Курской областей;
- исполнять свободно и выразительно движения классического танца;
- владеть классическим и народным тренажем;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции по русскому танцу;
- контролировать и координировать свое тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- импровизировать под определенную музыку;
- сочинять танцевальные этюды по заданным темам;
- разбираться в рисунке танца;
- грамотно объяснить выполнение движений по классическому, русскому танцам.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Потанцуем... Поиграем» у обучающихся предполагается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

При достижении **личностных результатов** у обучающихся будут сформированы:

- знание моральных норм поведения, способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;
- основы саморазвития и самовоспитания, готовность и способность к самостоятельной творческой деятельности;
- способность вести диалог с другими людьми, достигать взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

– нравственные качества и эстетическое отношение к миру на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

При достижении **метапредметных результатов** обучающиеся научатся:

– самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность, использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности;

– осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату;

– осознавать совершаемые действия и мыслительные процессы, их результаты, определять границы своего знания и незнания, ставить новые познавательные задачи;

– самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;

– продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, эффективно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников.

– принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

При достижении **предметных результатов** обучающиеся должны:

– углубить знания по истории и теории русского танца, танцевального искусства;

– иметь представление о быте, танцевальных традициях русского народа,

– свободно владеть музыкальными, танцевальными терминами;

– знать гимнастический тренаж, материал по классическому и народному танцу (станок, середина), областные особенности русского танца, структуру танцевальных постановок;

– иметь навыки самостоятельного создания танцевальных композиций в соответствии с содержанием разделов программы;

– выражать свое собственное ощущение, используя язык хореографии, литературы и изобразительного искусства.

Учебный план

Название раздела	Года обучения						
	ознакомительный уровень	базовый уровень				углубленный уровень	
		1	2	3	4	5	6
Ритмическая гимнастика	72	72	32	-	-	-	-
Классический танец	-	-	40	48	60	60	60
Русский танец	80	80	72	90	120	120	120
Постановочная работа	52	52	60	60	72	72	72
Концертная деятельность	12	12	12	18	36	36	36
Воспитательная работа	8	8	8	8	8	8	8
Итого в год:	216	216	216	216	288	288	288

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	Ритмическая гимнастика Вводное занятие Тема 1. Общая гимнастика Тема 2. Партерно-силовая гимнастика Тема 3. Основы музыкальной культуры	66	6	60	контрольные упражнения, импровизация
2	Русский танец Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Позиции рук и ног в русском танце Тема 3. Шаги и ходы русского танца Тема 4. Основные элементы русского танца Тема 5. Дроби в русском танце Тема 6. Присядки и трюки Тема 7. Хлопушки Тема 8. Вращения	78	8	70	контрольные упражнения
3	Постановочная работа	52	6	46	участие в отчетном концерте
4	Концертная деятельность	12	1	11	анализ выступления
5	Воспитательная работа	8	2	6	опрос, наблюдение
6	Итоговое занятие	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	216	23	193	

Содержание

Вводное занятие. Беседы о важности занятий для развития художественного вкуса, эстетического и физического развития обучающихся. Содержание и форма занятий. Внешний вид (костюм для занятий). Роль подготовки к занятиям, дисциплина на занятиях. Отношение к группе, отношение между обучающимися. Режим занятий. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел «Ритмическая гимнастика»

Тема 1. Общая гимнастика

Теория: Значение гимнастики, правила исполнения базовых гимнастических упражнений. Понятия «линия», «круг», «колонна».

Практика: Работа с детьми начинается с постановки корпуса, головы, рук, ног, что является основой высокой исполнительской культуры. Основные исходные положения (свободная прямая позиция ног). Основные положения рук (вдоль корпуса, на поясе, округлые. Например, «шарик», «деревья», «колечко»). Постановка корпуса (понятие

«подтянутый корпус»; положение головы, повороты, наклоны, вращение). Упражнения для плечевого пояса (поочередное поднимание и опускание, тоже двумя плечами, вращательные движения). Упражнения на гибкость (наклоны, перегибы, скручивание корпуса). Стопы (подъем на полупальцы, «перекаты» с полупальцев на пятки, приседание по шестой позиции с разворотами корпуса). Прыжки (по шестой позиции, раскрывая ноги в стороны и соединяя (одна нога вперед, вторая назад). Построение различных рисунков: кругов, линий, «воротца», «звездочка», «змейка», «улитка».

Контроль: контрольные упражнения, соблюдение правил безопасности при выполнении упражнений.

Тема 2. Партерно-силовая гимнастика

Теория: Значение партерно-силовой гимнастики, правила исполнения силовых элементов, предупреждение травм.

Практика: Изучение положений: сидя, лежа, положение рук, положение ног.

Упражнения выполняются на полу на специальных ковриках.

Упражнения из положения сидя:

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стопы в невыворотном положении; натяжение и сокращение в выворотном положении; круговые движения стоп)
- наклоны корпуса к ногам («складочка», «чемоданчик»)
- упражнение «бабочка» (колени раскрыты в стороны, касаются пола)

Силовые упражнения для мышц брюшного пресса и мышц ног:

- руки, ноги раскрыты в стороны, спина прямая («звездочка», «уголок», «лучики», «горка»)

Упражнения из положения «лежа на спине»:

- подъем ног на 25 градусов поочередно, в дальнейшем 45 градусов, 90 градусов (исполняется в медленном и быстром темпе);
- упражнения для выворотности в тазобедренном суставе «флажок» (поочередное поднимание колена и разворачивание его в сторону; тоже двумя ногами);
- упражнение «велосипед»;
- упражнение «мостик» (подъем спины с опорой на ноги и на руки).

Упражнения «лежа на животе» для мышц и гибкости спины:

- «лодочка» (одновременное натяжение рук, ног, раскачивание);
- «самолет» (подъем корпуса, руки в стороны, ноги прижаты к полу);
- «корзинка» (взять руками стопы, прогнуться в спине).

Упражнения на снятие напряженности и растяжки позвоночника:

- лежа на спине, ноги закидываются за голову до пола;
- «ежики» (сгруппироваться, колени прижать к груди, перекачиваться).

Контроль: контрольные упражнения

Тема 3. Основы музыкальной культуры

Теория: Понятия «мелодия, ритм, темп, ускорение, замедление»

Практика: Прослушивание разнохарактерных музыкальных произведений. Игра «Веселый оркестр». Игра «Комары».

Контроль: импровизация

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: Актерское мастерство. Правила игры.

Практика: работа над образом заданных животных: медведя, кошки, зайки и т.д., растений: цветок, дерево, ягодки и т.д. Игры «На полянке», «По грибы, по ягоды», «Звериная семейка» и др. Творческие задания в группах и индивидуальные.

Контроль: импровизация

Тема 2. Позииции рук и ног в русском танце

Теория: Русский танец. Разновидности позиций рук, ног.

Практика: Упражнения на отработку позиций рук. Упражнения на отработку позиций ног. Открытые и закрытые позиции.

Контроль: зачет.

Тема 3. Шаги и ходы русского танца

Теория: Танцевальный шаг.

Практика: Танцевальный шаг с носка, простой шаг медленный, быстрый с носка, переменный шаг. Простой медленный, быстрый с каблука. Простой с фиксированным ударом. Простой с проходящим ударом. Танцевальный бег. Ударный бег.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 4. Основные элементы русского танца

Теория: Особенности народных движений русского танца. Характерные черты исполнения.

Практика: Упражнения «Гармошка», «Елочка». Переступания на полупальцах с высоким коленом. Переступания на беге с retire. Переступаний на полупальцах с ударом. Переступания на беге с ударом. Подготовка к веревочке. Ковырялочка простая. Моталочка – начальная форма по б,1 позиции.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 5. Дроби в русском танце

Теория: Техника выполнения дроби.

Практика: Упражнение «Топотушка». Дробь Семейская. Дробь с отбивкой одинарной. Притопы. Удар «Печатка», с отскоком от пола. Притоп двойной, тройной.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 6. Присядки и трюки

Теория: Трюк. Присядки. Техника выполнения присядок и трюков.

Практика: Упражнения «Мячик» по б и 1 позиции. Присядка-разножка в сторону. Присядка на каблук по б,1 позиции. Гусиный шаг. Подсечка. «Крокодильчик».

Контроль: соревнования.

Тема 7. Хлопушки

Теория: Понятие «хлопушка». Виды ударов. Место удара.

Практика: Фиксированный удар. Проходящий удар.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 8. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений. Понятие «точка».

Практика: «Топотушка» в повороте.

Контроль: контрольные упражнения

Раздел «Постановочная работа»

Тема 1. Этюд «Класс-концерт»

Теория: Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Разучивание танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие.

Тема 2. Хореографическая картинка «Веселые гуси»

Теория: Содержание, характер, идея постановки.

Практика: Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Понятия «Концерт», «Концертный номер». Виды концертов (отчетный, сборный, тематический и т.д.). Правила поведения на сцене и за кулисами. Предконцертная подготовка. Сценическое волнение. Причины страха перед сценой. Психологическая подготовка к выступлению.

Практика: Упражнения на переключения внимания, помогающие справиться со страхом на сцене. Анализ своей работы и работы партнеров. Отработка номеров к концертному выступлению.

Контроль: Анализ проблем сценического волнения после выступлений.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Гигиена танцора. Понятие «здоровый образ жизни», «хореография», «хореограф».

Практика: Выставка рисунка «Первый танец». Посещение выставок в Доме народного творчества. День здоровья «Все, на каток!». Занятие-лекция «Хореография – это труд!».

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 1-го года обучения.

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	<i>Ритмическая гимнастика</i> Тема 1. Общая гимнастика Тема 2. Партерно-силовая гимнастика Тема 3. Основы музыкальной культуры	66	6	60	контрольные упражнения, импровизация
2	<i>Русский танец</i> Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	78	8	70	контрольные упражнения
3	<i>Постановочная работа</i>	52	6	46	участие в концертах, мероприятиях
4	<i>Концертная деятельность</i>	12	1	11	анализ выступления
5	<i>Воспитательная работа</i>	8	2	6	опрос, наблюдение
6	<i>Итоговое занятие</i>	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	216	23	193	

Содержание

Раздел «Ритмическая гимнастика»

Тема 1. Общая гимнастика

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: контрольные упражнения, соблюдение правил безопасности при выполнении

упражнений.

Тема 2. Партерно-силовая гимнастика

Теория: Значение партерно-силовой гимнастики, правила исполнения силовых элементов, предупреждение травм.

Практика: Упражнения сидя:

- постановка корпуса;
- работа стоп;
- упражнения для выворотности тазобедренного сустава («бабочка»);
- складочка к ногам;
- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- упражнение «колечко» (группировка корпуса).

Упражнение лежа на животе:

- «самолет»;
- «сфинкс»;
- «лягушка»;
- «корзинка»;
- «лодочка»;
- «колечко».

Упражнение лежа на спине:

- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- «флажок»;
- «мостик»;
- «складка» (одновременное поднятие ног и корпуса).
- «Дощечка» (стоя на коленях наклоны прямым корпусом назад), «окошечко» (перегибы через стороны, руки в третьей позиции).
- Растяжки, шпагаты.

Контроль: зачет

Тема 3. Основы музыкальной культуры

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.

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.

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: Актерское мастерство. Правила игры.

Практика: Игра «Заинька», «Горелки».

Контроль: импровизация

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Танцевальный шаг.

Практика: Танцевальный шаг с носка, простой шаг медленный, быстрый с носка, переменный шаг. Простой медленный, быстрый с каблука. Простой с фиксированным ударом. Простой с проходящим ударом с плие. Танцевальный бег. Ударный бег. Тройной русский. Ход «Уточка». Переменный ход с носка. Шаг – бег.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Характерные черты исполнения.

Практика: Упражнения «Гармошка», «Елочка». Переступания на полупальцах retire. Переступания на беге с retire. Переступания на полупальцах с ударом. Переступания на беге с ударом. Подготовка к веревочке. Ковырялочка простая. Моталочка – начальная форма по 6,1 позиции. Pasdebourrée шагом накрест, вперед, назад. Веревочка одинарная. Припадание по 5 позиции.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 4. Дроби в русском танце

Теория: Техника выполнения дроби.

Практика: Упражнения «Топотушка». Дробь Семейская с двойным притопом. Дробь Семейская с двойным ударом одной ногой. Дробь с отбивкой одинарной. Простая дробь. Ключ синкопированный.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Трюк. Присядки. Техника выполнения присядок и трюков.

Практика: Упражнения «Мячик» по 6 и 1 позиции. Присядка-разножка в сторону. Присядка-разножка вперед-назад. Присядка на каблук по 6,1 позиции. Присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед. Присядка по 6 позиции с подниманием согнутого колена вперед-вверх. «Гусиный» шаг. Подсечка. Упражнения «Крокодилычик», «Метелочка», «Неваляшка», «Бочонок», «Лягушка».

Контроль: соревнования.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Виды ударов. Место удара. Понятие «Комбинация»

Практика: Фиксированный удар. Проходящий удар. Комбинации с шагом.

Контроль: контрольные упражнения

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений.

Практика: Топотушка в повороте. Вращения в припадании.

Контроль: контрольные упражнения.

Раздел «Постановочная работа»

Тема 1. Этюд «Класс-концерт»

Теория: Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Разучивание танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие.

Тема 2. Танец-игра «Заинька»

Теория: Содержание, характер, идея постановки.

Практика: Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Ориентация в пространстве сцены. Знакомство со сценой и ее составляющими (кулиса, авансцена). Правила поведения на сцене и за кулисами. Предконцертная подготовка. Сценический макияж.

Практика: Упражнения на переключения внимания, на изменение эмоций исполнителя. Анализ своей работы и работы партнеров. Отработка номеров к концертному выступлению.

Контроль: выступления в концертных программах Школы.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Беседа «Танец в моей жизни». История праздника Новый год.

Практика: Занятие-наблюдение «Природа и танец». Посещение выставок в Доме народного творчества. День здоровья «Все на каток!». Викторина «Танец в моей жизни!». Новогодний квест. Посещение выступлений хореографических коллективов.

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 2-го года обучения.

Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	Ритмическая гимнастика Тема 1. Партерно-силовая гимнастика	32	6	26	контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
2	Русский танец Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	70	16	54	контрольные упражнения педагогическое наблюдение
3	Классический танец Тема 1. Экзерсис у станка	40	6	34	контрольные упражнения педагогическое наблюдение
4	Постановочная работа	54	6	48	участие в концертных программах
5	Концертная деятельность	12	2	10	анализ выступления
6	Воспитательная работа	8	2	6	наблюдение, опрос, анкетирование
7	Итоговое занятие	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	216	38	178	

Содержание

Раздел «Ритмическая гимнастика»

Тема 1. Партерно-силовая гимнастика

Теория: Значение физической подготовки для исполнителя. Техника выполнения упражнений.

Практика: Упражнения на развитие и укрепление мышц спины, пресса, тазобедренных суставов, голеностопов. Упражнения на развитие шага. Упражнение для развития гибкости лежа на животе.

Контроль: выполнение комплекса упражнений заданного количества.

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: История игр. Смысл игры.

Практика: Игры «Дедушка-рожок», «Ведьма», «Палочка-выручалочка», «Няньки с ляльками».

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо (дополнительно по четырем точкам).

Практика: Простой шаг с уколом. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколом. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Упражнения на движение в соответствии с различным характером музыки, ее динамикой (громко, умеренно, тихо; громче-тише). Подключаются элементарные движения рук (подъем на опускание, вперед и в стороны), координируя их с движениями ног.

Контроль: Наблюдение

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Виды элементов русского танца. Техника выполнения.

Практика: Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк.

Контроль: танцевальные этюды.

Тема 4. Дроби в русском танце

Теория: Техника выполнения дроби. Понятие «ключ».

Практика: Дубль (простая дробь с повторением удара). Дробь с отбивкой двойная. Ключ с работой опорной ноги.

Контроль: соревнование

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Техника выполнения трюков. Техника безопасности при выполнении трюков.

Практика: Закладка-качалочка. Ползунок по 6 позиции в пол. Собачка.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Техника выполнения упражнений. Понятие «комбинация».

Практика: Комбинации с соскоком по 2 выворотной позиции.

Контроль: индивидуальное выполнение комбинаций.

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений

Практика: Вращения по 6 позиции на полупальцах. Туры. Подготовка к шене.

Контроль: наблюдение.

Раздел «Классический танец»

Тема 1. Экзерсис у станка

Теория: Постановка корпуса. Основы классического танца: I, II, V - позиции ног. Подготовительное положение, I, II и III позиции рук. Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений.

Практика:

Упражнения у станка (лицом к станку):

- Demi-plieи grand-plie по 1,2, позиции.
- Battementstendus в сторону по 1 позиции.
- Battementstendusjete в сторону по 1 позиции.
- Battementretire
- Battementfrappe
- Battementfondu
- Упражнения на середине:
- Releve по 6 позиции
- ALLEGRO – трамплинные прыжки по VI позиции

Контроль: упражнения на исполнение элементов классического танца.

Раздел «Постановочная работа»

Теория: Содержание, характер, цель, рисунок номера. Создание сценического образа.

Практика: Репертуар: Хореографическая картинка «Солдатушки», Хореографическая картинка «Кулешата», Танец-игра «Дедушка-рожек», Хореографическая картинка «Няньки с ляльками».

Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Отработка элементов. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

Контроль: открытое занятие, выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Работа над художественным образом.

Практика: Отработка номеров к концертному выступлению.

Контроль: выступления в концертных программах Школы, отчетном концерте.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Мастера русского танца.

Практика: Посещение экспозиции Краеведческого музея. День здоровья «Все на каток!». Проект «Моё любимое движение». Новогодний квест. Праздник «А ну-ка, мальчишки!». Просмотр фильма «Путь к славе».

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 3-го года обучения.

Учебно-тематический план 4 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	Русский танец Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	84	12	72	контрольные упражнения наблюдение, контрольные упражнения, открытое занятие
2	Классический танец Тема 1. Экзерсис у станка Тема 2. Экзерсис на середине Тема 3. Партерная гимнастика	48	8	40	контрольные вопросы, педагогическое наблюдение, контрольные упражнения, открытое занятие
3	Постановочная работа	58	16	42	участие в отчетном концерте
4	Концертная деятельность	18	4	14	анализ выступления
5	Воспитательная работа	8	2	6	наблюдение, опрос
6	Итоговое занятие	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	216	42	174	

Содержание

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: История игр. Идея игры.

Практика: Игры «Стригушки», «Дразнилки».

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо (дополнительно по четырем точкам).

Практика: Простой шаг с уколom. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколom. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Упражнения на движение в соответствии с различным характером музыки, ее динамикой (громко, умеренно, тихо; громче-тише). Подключаются элементарные движения рук (подъем на опускание, вперед и в стороны), координируя их с движениями ног. Простой шаг с уколom. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколom. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Простой с

проходящим ударом с plie и releves. Простой с уколом сзади. Мужской с проходящим ударом и подниманием ноги на 90° (с проскальзыванием). Переменный простой. Переменный с проходящим ударом по 3 позиции. Переменный беговой ход.

Контроль: Наблюдение.

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Виды элементов русского танца. Техника выполнения.

Практика: Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Упадание. Боковой шаг с retire сзади. Молоточки одинарные по 3 позиции. Веребочка синкопированная. Ковырялочка с двумя соскоками на 45° и 90°. Ковырялочка с одним соскоком. Моталочка с флик-фляком по 6 позиции. Маятник. Pasdebasque по 6 позиции.

Контроль: знание терминологии, правильность выполнения упражнений и элементов.

Тема 4. Дроби в русском танце

Теория: Техника выполнения дроби.

Практика: Дубль (простая дробь с повторением удара). Дробь с отбивкой двойная. Двойная дробь с двойным притопом. Ключ с работой опорной ноги. Ключ двойной.

Контроль: наблюдение, контрольные упражнения.

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Техника выполнения трюков. Техника безопасности при выполнении трюков.

Практика: Закладка-качалочка. Ползунок по 6 позиции в пол. Собачка. Стульчики по 6 позиции. Голубец. Присядка «Зайчик». Присядка на каблук в сторону с attitude. Присядка по 1 позиции с выносом вытянутой ноги на воздух в сторону. Тараканчик. Экскаватор. Карячка. Коза.

Контроль: соревнование.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Комбинации с соскоком по 2 выворотной позиции. Комбинация хлопушки с присядкой.

Контроль: индивидуальное выполнение комбинаций.

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений

Практика: Вращения по 6 позиции на полупальцах. Туры. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Подготовка к пируэту по 6 позиции. Пируэт.

Контроль: контрольные упражнения.

Раздел «Классический танец»

Тема 1. Экзерсис у станка

Теория: Терминология. Техника выполнения упражнений.

Практика:

- Demi-plié и grand-plié по 1,2,5 позиции.
- Battementstendus в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Battementstendusjeté в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans;
- Retire.
- Sauté по 6 позиции.
- Battement frappe в сторону.
- Battementfrappe
- Battementfondu
- Упражнения на середине:
- Relevé по 6,1 позиции.
- Relevéent в сторону по 1 позиции.
- Grandbattementjeté в сторону по 1 позиции.
- Portdebras боковой и назад.
- Sauté по 6 позиции.
- Баллонные прыжки по 6 позиции.
- Первое и второе portdebras.

Контроль: упражнения на исполнение элементов классического танца.

Тема 2. Партерная гимнастика.

Теория: Техника выполнения упражнений

Практика: Уголок. Складка. Горка. Прищепки. Раскрытые ноги (Буратино), Бабочка. Квакушка. Колечко. Парус. Пресс. Шпагаты. Закачка.

Контроль: наблюдение.

Раздел «Постановочная работа»

Теория: Драматургия, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце. Рождение образов, этюды на эту тему. Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Репертуар: Хореографическая картинка «Стригушки», Русская пляска «Веретено».

Разучивание танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие, выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Особенности воплощения идеи танца. Контроль за исполнением.

Практика: Отработка номеров к концертному и конкурсному выступлениям.

Контроль: выступления в концертных программах Школы, города Пензы, отчетном концерте. Участие в конкурсах детского хореографического искусства.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Понятие «мастер-класс» Понятия «этика», «эстетика».

Практика: Посещение экспозиции Краеведческого музея. День здоровья «Все на каток!». Праздник «Масленица широкая». Новогодний квест. Занятие-беседа «Внутренняя и внешняя красота». Занятие-наблюдение «Исправляем свои и чужие ошибки». Посещение концерта хореографического коллектива. Мастер-класс по русскому танцу.

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 4-го года обучения.

Учебно-тематический план 5 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	<i>Русский танец</i> Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	112	26	86	контрольные упражнения
2	<i>Классический танец</i> Тема 1. Экзерсис у станка Тема 2. Экзерсис на середине Тема 3. Стретчинг	60	12	48	контрольные упражнения
3	<i>Постановочная работа</i>	72	12	60	участие в отчетном концерте
4	<i>Концертная деятельность</i>	36	6	30	анализ выступления
5	<i>Воспитательная работа</i>	8	2	6	наблюдение, опрос
6	<i>Итоговое занятие</i>	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	288	58	230	

Содержание

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: Идея игры.

Практика: Игры «Жмурки», «Карусель».

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо.

Практика: Простой шаг с уколом. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколом. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Простой с проходящим ударом с plié и relevé. Простой с уколом сзади. Мужской с проходящим ударом и подниманием ноги на 90° (с проскальзыванием). Переменный простой. Переменный с проходящим ударом по 3 позиции. Переменный беговой ход. Простой с фликом с носка. Переменный с проходящим ударом и перескоком по 6 позиции. Шаркающий шаг с крючка.

Контроль: наблюдение.

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Виды элементов русского танца. Техника выполнения. Особенности ходов, дробей, шагов танцев Вологодской и Курской областей.

Практика: Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Упадание. Боковой шаг с retire сзади. Молоточки одинарные по 3 позиции. Веребочка синкопированная. Ковырялочка с двумя соскоками на 45° и 90°. Ковырялочка с одним соскоком. Моталочка с флик-фляком по 6 позиции. Маятник. Pasdebasque по 6,3 позиции. Переборы с ударом подушечек передней ноги по 5 позиции. Голубец с вытянутыми ногами. Подбивка. Основные ходы, дробь, шаги танцев Вологодской и Курской областей.

Контроль: знание терминологии, правильность выполнения упражнений и элементов.

Тема 4. Дробь в русском танце

Теория: Техника выполнения дробь.

Практика: Дубль (простая дробь с повторением удара). Дробь с отбивкой двойная. Двойная дробь, с двойным притопом. Дробь с переступанием вперед-назад. Ключ с работой опорной ноги. Ключ двойной.

Контроль: наблюдение, контрольные упражнения

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Техника выполнения трюков. Техника безопасности при выполнении трюков.

Практика: Закладка-качалочка. Ползунок по 6 позиции в пол. Собачка. Стульчики по 6 позиции. Голубец. Присядка «Зайчик». Присядка на каблук в сторону с attitude. Присядка по 1 позиции с выносом вытянутой ноги на воздух в сторону. Тараканчик. Экскаватор. Карячка. Коза. Закладка с выносом ноги на воздух в сторону. Присядка «Щучка». Циркуль. Присядка-закладка с выходом на 1 руку.

Контроль: соревнование.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Комбинации с соскоком по 2 выворотной позиции. Комбинация хлопушки с присядкой. Комбинации хлопушки с дробями.

Контроль: индивидуальное выполнение комбинаций.

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений

Практика: Вращения по 6 позиции на полупальцах. Туры. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Подготовка к пируэту по 6 позиции. Пируэт. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Пируэт. Бегунок в продвижении.

Контроль: контрольные упражнения.

Раздел «Классический танец»

Тема 1. Экзерсис у станка

Теория: Терминология. Техника выполнения упражнений.

Практика:

- Demi-plié и grand-plié по 1,2,5 позиции.
- Battementstendus в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Battementstendusjeté в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- Retire.
- Sauté по 1,2 позиции.
- Battement frappe в сторону.
- Battementfondu вперед, в сторону и назад.
- Battementfrappé в сторону, вперед и назад.
- Relevé по 1,2,5 позиции.

Тема 2. Экзерсис на середине

Практика:

- Relevé по 1,2,5 позиции.
- Relevé lent в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Grandbattementjeté в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Portdebras
- Sauté по 1, 2 позиции.
- Баллонные прыжки по 6 позиции.
- Первое, второе, третье portdebras.

Контроль: упражнения на исполнение элементов классического танца.

Тема 3. Стретчинг.

Теория: Техника выполнения упражнений

Практика: Уголок. Складка. Горка. Прищепки. Раскрытые ноги (Буратино), Бабочка. Квакушка. Колечко. Парус. Пресс. Шпагаты. Закачка.

Контроль: наблюдение.

Раздел «Постановочная работа»

Теория: Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Репертуар: Девичья пляска «Вологодские посиделицы», Танец-игра

«Жмурки», Мужская одиночная пляска «Мужичок с ноготок», Танок Курской области с поясами.

Работа над манерой исполнения. Разучивание рабочих комбинаций, танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие, выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Особенности воплощения идеи танца. Контроль за исполнением.

Практика: Отработка номеров к концертному и конкурсному выступлениям.

Контроль: выступления в концертных программах Школы, города Пензы, отчетном концерте. Участие в конкурсах детского хореографического искусства.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Терпсихора.

Практика: Посещение экспозиции Краеведческого музея. День здоровья «Все на каток!». Праздник «Масленица широкая». Новогодний квест. Просмотр художественного фильма «Пленники Терпсихоры». Занятие-тренинг «Я всё могу!».

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 5-го года обучения.

Учебно-тематический план 6 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	Русский танец Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	112	26	86	контрольные упражнения
2	Классический танец Тема 1. Экзерсис у станка Тема 2. Экзерсис на середине Тема 3. Стретчинг	60	12	48	контрольные упражнения
3	Постановочная работа	72	12	60	участие в отчетном концерте

4	<i>Концертная деятельность</i>	36	6	30	анализ выступления
5	<i>Воспитательная работа</i>	8	2	6	опрос, наблюдение
6	<i>Итоговое занятие</i>	2	1	1	открытое занятие
	ИТОГО:	288	58	230	

Содержание Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: Идея игры.

Практика: Игры «Козлик», игра-импровизация «Ярмарочный оркестр».

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо.

Практика: Простой шаг с уколom. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколom. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Простой с проходящим ударом с plie и releves. Простой с уколom сзади. Мужской с проходящим ударом и подниманием ноги на 90° (с проскальзыванием). Переменный простой. Переменный с проходящим ударом по 3 позиции. Переменный беговой ход. Простой с фликом с носка. Переменный с фликом. Переменный с проходящим ударом и перескоком по 6 позиции. Шаркающий шаг с крючка. Девичий хороводный. Переменный на полупальцах по 6,3 позиции.

Контроль: наблюдение.

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Техника выполнения элементов. Ходы, дроби, шаги танцев Костромской области.

Практика: Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Упадание. Боковой шаг с retire сзади. Молоточки одинарные по 3 позиции. Веребочка синкопированная. Ковырялочка с двумя соскоками на 45° и 90°. Ковырялочка с одним соскоком. Моталочка с флик-фляком по 6 позиции. Маятник. Pasdebasque по 6,3 позиции. Переборы с ударом подушечек передней ноги по 5 позиции. Голубец с вытянутыми ногами. Подбивка. Pardebask по 3 позиции. Отработка ходов, дробей, шагов танцев Костромской области.

Контроль: знание терминологии, правильность выполнения упражнений и элементов.

Тема 4. Дроби в русском танце

Теория: Техника выполнения дроби.

Практика: Дубль (простая дробь с повторением удара). Дробь с отбивкой двойная. Двойная дробь, с двойным притопом. Дробь с переступанием вперед-назад. Дробь горохом. Двойная с горохом. Дробь хромого, с двойным притопом, с горохом. Ключ с работой опорной ноги. Ключ двойной.

Контроль: наблюдение, контрольные упражнения.

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Техника выполнения трюков. Техника безопасности при выполнении трюков.

Практика: Закладка-качалочка. Ползунок по 6 позиции в пол. Собачка. Стульчики по 6 позиции. Голубец. Присядка «Зайчик». Присядка на каблук в сторону с attitude. Присядка по 1 позиции с выносом вытянутой ноги на воздух в сторону. Тараканчик. Экскаватор. Карячка. Коза. Закладка с выносом ноги на воздух в сторону. Присядка «Щучка». Циркуль. Присядка-закладка с выходом на 1 руку. Присядка с выходом ноги на каблук (рабочая нога на passé). Присядка-уголок. Присядка-разножка на воздух. Коромысло.

Контроль: соревнование.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Комбинации с соскоком по 2 выворотной позиции. Комбинация хлопушки с присядкой. Комбинации хлопушки с дробями.

Контроль: индивидуальное выполнение комбинаций.

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений

Практика: Вращения по 6 позиции на полупальцах. Туры. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Подготовка к пируэту по 6 позиции. Пируэт. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Пируэт. Бегунок в продвижении. Обертас. Характерное вращение.

Контроль: контрольные упражнения.

Раздел «Классический танец»

Тема 1. Экзерсис у станка

Теория: Изучение терминологии, методика новых упражнений.

Практика: Повторение движений, выученных ранее, в более сложных комбинациях.

- Упражнения выполняются боком к станку, одна рука на станке.
- Demi-plie и grand-plie по 1,2,5 позиции.
- Battementstendus в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Battementstendusjete в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- Battement retire
- Sauté по 1, 2, 5 позиции.
- Battement frappe в сторону, вперед и назад.
- Battementfondu вперед, в сторону и назад.
- Surlecou-de-pied, условное (вперед).
- Battementfrappé в сторону, вперед и назад.
- Растяжки у станка. Перегибы корпуса в разных направлениях.
- Подготовка к пируэту из 5 позиции

Тема 2. Экзерсис на середине

Повторение движений, выученных ранее, в более сложных комбинациях.

Практика:

- Relevé по 1,2,5 позиции.
- Relevé в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Grandbattement в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Portdebras боковой и назад.
- Sauté по 1, 2, 5 позиции.
- Баллонные прыжки по 6 позиции.
- Первое, второе, третье portdebras.
- Pas échappé.
- Changement de pied
- Sissonne simple.
- Pasglissade.
- Подготовка к пируэту из 5 позиции

Контроль: упражнения на исполнение элементов классического танца.

Тема 3. Стретчинг.

Теория: Техника выполнения упражнений

Практика: Уголок. Складка. Горка. Прищепки. Раскрытые ноги (Буратино), Бабочка. Квакушка. Колечко. Парус. Пресс. Шпагаты. Закачка.

Контроль: наблюдение.

Раздел «Постановочная работа»

Теория: Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Репертуар: Кадриль Костромской области села Пыщуг «Пыщугский козлик», Хореографическая картинка «Ярмарочный оркестр».

Разучивание рабочих комбинаций, танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие, выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Сценическая культура. Поведение и общение на сцене.

Практика: Отработка номеров к концертному и конкурсному выступлениям.

Контроль: выступления в концертных программах ШРДТ, города Пензы, отчетном концерте. Участие в конкурсах детского хореографического искусства.

Раздел «Воспитательная работа»

Теория: Моя малая Родина. Мир профессий.

Практика: Экскурсия по городу Пензе. Посещение концерта государственного хореографического ансамбля. День здоровья «Все на каток!». Праздник «Масленица широкая». Новогодний квест. Занятие-тренинг «Мир профессий».

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 6-го года обучения.

Учебно-тематический план 7 года обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика	Контроль
1	Русский танец Тема 1. Русские народные игры Тема 2. Шаги и ходы русского танца Тема 3. Основные элементы русского танца Тема 4. Дроби в русском танце Тема 5. Присядки и трюки Тема 6. Хлопушки Тема 7. Вращения	112	26	86	контрольные упражнения
2	Классический танец Тема 1. Экзерсис у станка Тема 2. Экзерсис на середине Тема 3. Стретчинг	60	12	48	контрольные упражнения
3	Постановочная работа	72	12	60	участие в отчетном концерте
4	Концертная деятельность	36	6	30	анализ выступления
5	Воспитательная работа	8	2	6	опрос, наблюдение
6	Итоговое занятие	2	1	1	концертное выступление
	ИТОГО:	288	58	230	

Содержание

Раздел «Русский танец»

Тема 1. Русские народные игры

Теория: Идея игры.

Практика: Игра на взаимодействие в паре «Платочек», игра «Растяпа».

Тема 2. Шаги и ходы русского танца

Теория: Виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо.

Практика: Простой шаг с уколом. Переменный шаг с фиксированным ударом, с проходящим ударом, с уколом. Переменный по 6,3 позиции. Шаг-бег с каблука, пружинный. Простой с проходящим ударом с plié и relevé. Простой с уколом сзади.

Мужской с проходящим ударом и подниманием ноги на 90° (с проскальзыванием). Переменный простой. Переменный с проходящим ударом по 3 позиции. Переменный беговой ход. Простой с фликом с носка. Переменный с фликом. Переменный с проходящим ударом и перескоком по 6 позиции. Шаркающий шаг с крючка. Девичий хороводный. Переменный на полупальцах по 6,3 позиции.

Контроль: наблюдение.

Тема 3. Основные элементы русского танца

Теория: Техника выполнения элементов. Ходы, дробы, шаги танцев Вологодской области. Положения в паре танцев Вологодской области. Особенности положения рук в танцах Курской области.

Практика: Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Мужское припадание. Молоточки по 6 позиции. Косыночка назад-вперед. Ковырялочка с двумя соскоками. Флик-фляк. Упадание. Боковой шаг с retire сзади. Молоточки одинарные по 3 позиции. Вербочка синкопированная. Ковырялочка с двумя соскоками на 45° и 90°. Ковырялочка с одним соскоком. Моталочка с флик-фляком по 6 позиции. Маятник. Pasdebasque по 6, 3 позиции. Переборы с ударом подушечек передней ноги по 5 позиции. Голубец с вытянутыми ногами. Подбивка. Pardebask по 3 позиции. Отработка ходов, дробей, шагов танцев Вологодской области. Положения рук в танцах Курской области. Положения в паре танцев Вологодской области. Молоточки двойные.

Контроль: знание терминологии, правильность выполнения упражнений и элементов.

Тема 4. Дробы в русском танце

Теория: Техника выполнения дробы.

Практика: Дубль (простая дробь с повторением удара). Дробь с отбивкой двойная. Двойная дробь, с двойным притопом. Дробь с переступанием вперед-назад. Дробь горохом. Двойная с горохом. Дробь хромого, с двойным притопом, с горохом. Трехлистник. Трехлистник в триножки. Ключ с работой опорной ноги. Ключ двойной. Ключ сложный.

Контроль: наблюдение, контрольные упражнения.

Тема 5. Присядки и трюки

Теория: Техника выполнения трюков. Техника безопасности при выполнении трюков.

Практика: Закладка-качалочка. Ползунок по 6 позиции в пол. Собачка. Стульчики по 6 позиции. Голубец. Присядка «Зайчик». Присядка на каблук в сторону с attitude. Присядка по 1 позиции с выносом вытянутой ноги на воздух в сторону. Тараканчик. Экскаватор. Карячка. Коза. Закладка с выносом ноги на воздух в сторону. Присядка «Щучка». Циркуль. Присядка-закладка с выходом на 1 руку. Присядка с выходом ноги на каблук (рабочая нога на passé). Присядка-уголок. Присядка-разножка на воздух. Коромысло. Кабриоль. Револютад. Склепка с одной ногой. Разножка на воздух. Коса.

Контроль: соревнование.

Тема 6. Хлопушки

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Комбинации с соскоком по 2 выворотной позиции. Комбинация хлопушки с присядкой. Комбинации хлопушки с дробями.

Контроль: индивидуальное выполнение комбинаций.

Тема 7. Вращения

Теория: Техника выполнения вращений

Практика: Вращения по 6 позиции на полупальцах. Туры. Шене. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Пируэт. Блинчик в продвижении с поджатыми ногами. Бегунок на месте с одинарным, двойным поворотом. Бегунок в продвижении. Обертас. Обертас с прыжком. Характерное вращение. Блинчики по диагонали. Поджатые в повороте.

Контроль: контрольные упражнения.

Раздел «Классический танец»

Тема 1. Экзерсис у станка

Теория: Изучение терминологии, методика новых упражнений.

Практика: Повторение пройденных упражнений с увеличенной нагрузкой и усложнением построения комбинаций. Работа над правильностью и чистотой исполнения упражнений.

- Упражнения выполняются боком к станку, одна рука на станке.
- Demi-plié и grand-plié по 1,2,5 позиции.
- Battementstendus в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Battementstendusjeté в сторону, вперед, назад по 1 позиции.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- Retire.
- Sauté по 1, 2, 5 позиции.
- Battement frappe в сторону, вперед и назад.
- Battementfondu вперед, в сторону и назад.
- Surlecou-de-pied, условное (вперед).
- Battementfrappé в сторону, вперед и назад.
- Растяжки у станка. Перегибы корпуса в разных направлениях.

Тема 2. Экзерсис на середине

Повторение движений, выученных ранее, в более сложных комбинациях. Разучивание развернутых комбинаций для развития танцевальности и техники.

Практика:

- Relevé по 1,2,5 позиции.
- Relevélent в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Grandbattement в сторону, вперед и назад по 1 позиции.
- Portdebras боковой и назад.
- Sauté по 1, 2, 5 позиции.
- Баллонные прыжки по 6 позиции.
- Первой, второе, третье portdebras.
- Pas échappé.
- Changement de pied

- Sissonne simple.
- Pasglissade.
- Pas assamble.
- Пируэт из 5 позиции.
- Сценический sissonne.
- Paschassé.
- Вальсовые комбинации.

Контроль: упражнения на исполнение элементов классического танца.

Тема 3. Стретчинг.

Теория: Техника выполнения упражнений

Практика: Уголок. Складка. Горка. Прищепки. Раскрытые ноги (Буратино), Бабочка. Квакушка. Колечко. Парус. Пресс. Шпагаты. Закачка.

Контроль: наблюдение.

Раздел «Постановочная работа»

Теория: Пляска. Содержание, характер, цель, рисунок номера.

Практика: Репертуар: Парная пляска Вологодской области «Метелица», Пляска Курской области «Тимоня».

Разучивание рабочих комбинаций, танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене. Отработка танцевальных движений отдельно и в комбинациях. Разучивание композиции по частям. Отработка танца, достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца.

Контроль: открытое занятие, выступление в отчетном концерте.

Раздел «Концертная деятельность»

Теория: Сценическая культура. Поведение и общение на сцене.

Практика: Отработка номеров к концертному и конкурсному выступлениям.

Контроль: выступления в концертных программах Школы, города Пензы, отчетном концерте. Участие в конкурсах детского хореографического искусства.

Раздел «Воспитательная работа»

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

Практика: Посещение Драмтеатра. День здоровья «Все на каток!». Праздник «Масленица широкая». Новогодний квест. Занятие-тренинг «Я всё могу!». День самоуправления. Посещение экспозиции музей боевой и трудовой славы.

Контроль: Опрос, наблюдение.

Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов обучения по программе.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Знание понятий и терминов, умение практического исполнения движений согласно учебно-тематического плана 7-го года обучения.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	216	36	72	2 занятия по 3 часа
2	216	36	72	2 занятия по 3 часа
3	216	36	72	2 занятия по 3 часа
4	288	36	72	2 занятия по 3 часа
5	288	36	144	4 занятия по 2 часа
6	288	36	144	4 занятия по 2 часа
7	288	36	144	4 занятия по 2 часа

Формы подведения итогов реализации программы

Для индивидуального развития каждого обучающегося имеет огромное значение отслеживание, фиксация динамики развития его достижений, педагогический мониторинг. Корректный разбор ошибок, недостатков и совместное с педагогом определение перспектив дальнейшего развития – вот то, что необходимо для успешного становления ребенка как личности.

Ежегодно хореографический ансамбль «Игрица» проводит творческий отчет о работе педагогов и обучающихся, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Для отслеживания и оценивания результатов обучения осуществляется текущий и промежуточный контроль образовательной деятельности.

Текущий контроль – на каждом занятии, промежуточный – в середине и конце каждого учебного года, итоговый - за все время обучения. Текущий контроль необходим для правильного понимания обучающимися материала и грамотного исполнения движений, для определения скорости усвоения танцорами предлагаемого материала и выполнения соответствующей корректировки.

Промежуточный контроль включает в себя изучение и оценивание динамики освоения предметного содержания, личностного развития, взаимоотношений в коллективе за учебный год с целью коррекции образовательного процесса в направлении усиления его развивающей функции. Методы проведения промежуточной диагностики, показатели, критерии оценки разрабатываются педагогами. Итоги анализируются педагогом и методистом образовательного учреждения.

Аттестация на завершающем этапе реализации программы показывает уровень освоения обучающимися образовательной программы за весь период обучения и уровень изменений качеств личности каждого обучающегося.

Изменения качеств личности обучающихся и уровень освоения программного материала фиксируются в диагностических картах и протоколах промежуточной аттестации и аттестации по завершению реализации программы.

Уровень освоения знаний и навыков оценивается посредством исполнительского мастерства обучающегося на выступлениях в концертных программах. Уровень оценки всегда индивидуален и зависит от уровня подготовленности подростка. После каждого

выступления на сцене педагогом проводится анализ исполнительской работы каждого обучающегося с перечислением всех его достижений и недочетов.

В середине и конце учебного года проводятся открытые занятия, которые позволяют педагогу выявить и проанализировать уровень усвоения знаний и навыков обучающихся по программе. На просмотрах своих выступлений обучающиеся комментируют и анализируют ошибки друг друга, делятся опытом.

Значительным показателем оценки результативности освоения программы являются победы на конкурсах хореографического искусства различного уровня.

Обучающиеся, которые освоили дополнительную общеразвивающую программу «Потанцуем... Поиграем» в полном объеме в соответствии с учебным планом получают Свидетельство об обучении.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для определения достижения обучающимися планируемых результатов, используются следующие методики:

Для оценки достижения личностных результатов:

1. Тест креативности П. Торранса
2. Тест на креативность Ж. Попова
3. Методика «Исследование творческого воображения» Е.И. Рогова

Для оценки достижения метапредметных результатов:

1. «Оценка самоконтроля в общении» М.Снайдера.
2. Методика «Диагностика уровня эмпатии» (И.М.Юсупов)

Для оценки достижения предметных результатов:

1. Участие в конкурсах различных уровней
2. Тестирование по основным разделам программы
3. Анализ выступлений коллектива

Оценочные материалы см. в Приложении.

Условия реализации программы

Материально-технические ресурсы:

№	Название	Количество
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	Ноутбук	1
2	Интернет соединение	1
3	Музыкальные свободные сайты	1

Расходные материалы (приобретаются учащимися самостоятельно)

№	Название	Количество
1	Тренировочная форма: девочки – гимнастический купальник, балетные туфли, джазовки, народные туфли	По кол-ву учащихся
2	Тренировочная форма: мальчики – черные брюки народного характера, белая футболка, балетные туфли, джазовки, народные сапоги	По кол-ву учащихся

Методические ресурсы:

№	Название
1	Учебные пособия
2	Методические материалы
4	Медиатека
5	Электронные образовательные ресурсы

№	Название
	По народному танцу, по классическому танцу, по искусству балетмейстера
	Народная музыка, классическая музыка
	VK Мирская деревня Сергея Старостина, VK Фольклорные инструменты Александры Шериной

Кадровые ресурсы: преподаватель, концертмейстер.

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 данной программы направлена на обеспечение духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, социализации, профессиональной ориентации, формирование общей культуры, а также культуры здорового и безопасного образа жизни.

В обеспечение решения актуальных проблем воспитания входит:

- формирование ценностных ориентиров, объединяющих людей в единую историко-культурную и социальную общность;

- развитие способности противостоять негативным воздействиям социальной среды;
- развитие умений приходить к согласию в вопросах корректного социального поведения;
- воспитание сознательного отношения к принимаемым большинством граждан принципам и правилам жизни;
- формирование уважения к родному языку, самобытной культуре своего народа.

Воспитывающая деятельность построена с учётом ценностных установок: патриотизм, гражданственность, социальная солидарность, 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, аксиологичности, системности, целесообразности и не шаблонности воспитания как условия его эффективности.

Цель воспитывающей деятельности – 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, создание условий для профессионального определения обучающихся;
- развитие коллективизма, организаторских способностей, позитивных ценностных ориентаций;
- формирование научных 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 четырём направлениям:

- Формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи
- Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма в молодежной среде

- Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация
- Формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и профилактической работы

Так как обучение по программе ставит перед собой не только образовательные, но и в первую очередь воспитательные задачи, то авторским коллективом педагогов разработана своя система воспитывающей деятельности. Эта деятельность ставит перед собой следующую задачу: воспитание и развитие свободной, жизнерадостной, талантливой личности, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению. В формировании эстетической и художественной культуры личности хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Она воспитывает и развивает не только художественные навыки исполнения танцев разных жанров, но и выработку у ребенка привычки и нормы поведения в соответствии с постигаемыми законами красоты.

Дисциплинированность, трудолюбие и терпение – те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Эти качества годами воспитываются педагогами-хореографами и определяют успех во многих делах.

Чувство ответственности, так необходимое в жизни, двигает детей, занимающихся хореографией, вперед. Нельзя подвести рядом стоящего в танце, нельзя опоздать, потому что от тебя находятся в зависимости другие, нельзя не выучить, не выполнить, не доработать.

Аккуратность в хореографическом исполнительстве, опрятность формы в хореографическом классе переносится и на внешний вид детей в школе. Они выделяются не только своей осанкой, но и прической, чистотой и элегантностью ношения самой обыкновенной одежды.

Воспитание этикета является одной из сторон на занятиях по хореографии. Приятно видеть, что дети из хореографического класса никогда не пройдут впереди старшего, мальчики подадут руку при выходе из автобуса, сумки и портфели девочек - в руках у мальчиков. Внимание и забота о других - необходимое качество в характере детей, и занятия хореографией решают эти задачи.

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. Основной формой работы является совместная творческая деятельность педагогов, учащихся и родителей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2000. - 192 с.
2. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность - М.: Академия, - 2000г. - 624с.
3. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование - Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев - Дубна, 1997г. - 206с.
4. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Ярославль: Академия развития, 1997.
5. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. учебн. заведений. Т.1. Общие основы психологии. - М.: Просвещение: Владос, 1994. - 576 с.
6. Пинт А.О. Высокое призвание. М, 1973.
7. Прибылое Г.Н. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов. М., 1984.
8. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана - М.: ОЛМА - ПРЕСС, 2004г. - 224с.
9. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. - 80 с.
10. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 2003. - 256 с.: ил.
11. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика. - 1991. - 160 с.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн - М.: Учпедгиз, 1964г. - 704с.
13. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. М., 1981.
14. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов - М.: Академия, 2004г. - 336с.
15. Спарджер С. Телосложение и балет. Лондон, 1958.
16. Станиславский КС Полное собрание сочинений: В 8 т. М., 1958. Т. 5.
17. Станиславский КС. Этика. М., 1981.
18. Сухомлинский В.А. Избранные педагогические сочинения: В 3 т. М, 1981.Т. 3.
19. Тарасов Н.И. Классический танец. 3-е изд. - СПб.: Издательство «Лань». - 2005. - 496 с.: ил.
20. Тарасов Н.И. Классический танец. М., 1975.
21. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. - М.: Наука. 2000. - 230 с.
22. Ухтомский А. Общая психология: Учебник. - М.: Просвещение. 1970. - С. 117.
23. Халфина С. Воспоминания мастеров московского балета. - М.: Искусство. - 1990. С. 39.
24. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство. - 2005. с ил.
25. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. - М.: Релиз. - 2004. - 340 с.
26. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. - 2000. №2. С. 34-37.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе.//М., «Астрель-АСТ», 2003.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии.// М., «Айрис пресс», 2000.
3. Генералова И.А. Мастерская чувств. – М.: Просвещение, 2006.
4. Детская энциклопедия. Балет. // М., «Астрель-АСТ», 2001.
5. Захаров Р. Слово о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
6. Кравченко Т., Уланова Г. // Смоленск, «Русич», 1999.
7. Красовская В. Павлова. Нижинский. Ваганова. // М., «Аграф», 1999.
8. Люси Смит. Танцы. Начальный курс.//М, «Астрель-АСТ», 2001.
9. Моисеев И. Я вспоминаю... Гастроль длиною в жизнь. // М., «Согласие», 2001.
10. Пасютинская В. Волшебный мир танца. // М, «Просвещение», 1985.
11. Плисецкая М. Я, Майя Плисецкая... // М., «Новости», 1994.
12. Пожидаев Г. Повесть о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
13. Пожидаев Г. Повесть о танце.// М., «Молодая гвардия», 1972.
14. Поэль Карп. Младшая муза. // М., «Современник», 1997.
15. Рубина Ю.А.Сценическая самодеятельность школьников. – М.: Просвещение, 2007.
16. Секрет танца. // С-Пб; «Диамант», «Золотой век», 1997.
17. Станиславский К.Н. Работа актера над собой. – М.: Искусство, 2009.
18. Товстоногов Т.А. Зеркало сцены. – М.: Советская Россия, 2010.
19. Учимся танцевать. Азбука балета. // М., 2001.
20. Фисанович Т.М. Танцы для девочек. // М., «Астрель-АСТ», 2000.
21. Чехов М.А. Путь актера. – М.: Просвещение, 2011.
22. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. // М., «Искусство», 1985.

ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. <http://www.webkursovik.ru>
2. Ансамбль народного танца имени Ф. Гаскарова - <http://www.gaant.ru>
3. Все для хореографов и танцоров - <http://www.horeograf.com>
4. Министерство образования РФ – [электронный ресурс]
5. Танцевальная ритмика Суворовой - <http://deti-ritmika.ru>
6. Школа современного танца и балета - <http://tancpole.ru>

МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

За период обучения в образцовом детском коллективе «Хореографический ансамбль «Игрица» обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностическими методиками.

Диагностика по программе включает: начальную, промежуточную, заключительную. Начальная диагностика проводится при приеме обучающихся и в начале учебного года. Промежуточная диагностика проводится в середине года (декабрь) и при переходе на следующий год обучения (май). Заключительная – по окончании программы. Дополнительными средствами контроля являются участие в концертах, фестивалях, конкурсах.

Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение Просмотр на репетициях Праздничные мероприятия Концерты, фестивали Зачеты Конкурсы	Грамоты Дипломы Журнал Портфолио Анкеты Тестирование Протоколы диагностики	Конкурсы, фестивали Праздники Концерты Зачеты

Диагностический инструментарий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Потанцуем...Поиграем»

Мониторинг педагогической деятельности является обязательным для педагога в целях качественной реализации образовательной программы.

Диагностика имеет большое значение для целенаправленного и эффективного осуществления образовательного процесса, отслеживания результатов на всех этапах обучения и воспитания, повышения качества образования, развития творческих и индивидуальных способностей обучающихся.

Система диагностики по программе

Критерии	Показатели	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
1. Мотивы деятельности	социальные или познавательные	есть	есть	есть
2. Музыкальность и ритмичность	высокий, средний, низкий уровень	есть	есть	есть
3. Координация	высокий, средний, низкий уровень	есть	нет	нет

4. Пространственная ориентация	высокий, средний, низкий уровень	есть	есть	есть
5. Предметные результаты (освоение образовательной программы)	высокий, средний, низкий уровень	есть	есть	есть
6. Техничность	баллы от 1 до 10	есть	есть	есть
7. Осознанность		есть	есть	есть
8. Творческое самовыражение (эмоциональное выражение характера музыки, танца, импровизация, выразительность и артистизм)	высокий, средний, низкий уровень	есть	есть	есть
9. Физические качества (гибкость, сила, равновесие)	высокий, средний, низкий уровень	нет	есть	есть
10. Социальная активность	количество участия	есть	есть	есть
11. Самостоятельность и творческая активность (в исполнении причёски и макияжа, проведении разминки, сочинении танцевальных комбинаций, в организации выступлений)	высокий, средний, низкий уровень	нет	есть	есть
12. Старание и прилежание	баллы от 1 до 10	нет	есть	есть
13. Культура поведения (владение навыками культурного зрителя и артиста)	высокий, средний, низкий уровень	есть	есть	есть
14. Достижения учащихся (портфолио)	участие и достижения в конкурсах, фестивалях разных уровней	есть	есть	есть

Основной формой предъявления результата является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям:

- музыкальность и ритмичность исполнения;
- техничность исполнения;
- синхронность исполнения;
- линии и пластика;
- артистизм исполнения;
- культура артиста.

Обучающиеся на стартовом и базовом уровнях учатся давать оценку по каждому критерию отдельно. На продвинутом уровне задача перед обучающимися состоит в том, чтобы оценить исполнение танцевальной композиции в комплексе.

Данные материалы по диагностике помогают не только фиксировать и отслеживать результаты обучения и продвижения обучающихся, но и предъявлять к участникам образовательной деятельности единые требования.

Формы диагностики:

- Компетентное профессиональное педагогическое наблюдение.
- Анкетирование.
- Опрос.
- Выступление, концерт.
- Оценка качества танцевального номера по критериям.
- Упражнения.
- Контрольные задания.
- Тест.
- Самооценка и взаимооценка.

Проявление динамики по критериям от стартового до продвинутого образовательных уровней

Критерии	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Мотивы деятельности	социальный	социальный	познавательный
Музыкальность и ритмичность	Умеет распознавать темп музыки	Умеет распознавать танцевальные ритмы; самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ	Умеет распознавать музыкальные размеры. Знает средства музыкальной выразительности
Координация	Владеет простейшими движениями на координацию	Координирует движения рук и ног при выполнении танцевального движения	Владеет танцевальными системами координации в различных танцевальных направлениях по программе
Пространственная ориентация	Знает направления шагов относительно корпуса. Имеет начальные навыки ориентирования в танцевальном зале	Знает направления шагов относительно корпуса. Имеет навыки ориентирования на сценической площадке	Умеет «видеть площадку», свободно ориентируется на ней. Не допускает столкновения в коллективе при исполнении танца

Знания и умения по предмету (освоение образовательной программы)	Имеет простейшие навыки танцевальной деятельности по образцу	Имеет конкретные знания, умения и навыки танцевальной деятельности «по образцу». Знает основные элементы классического и русского танца	Знает отличительные особенности классического, русского и народно-сценического танца, владеет танцевальной терминологией и умениями и навыками по соответствующему танцевальному направлению
Техничность, осознанность	Умеет ритмично исполнять движения	Умеет держать спину при исполнении танца, правильно выполняет движения и координирует их с музыкой	Контролирует своё исполнение
Творческое самовыражение (эмоциональное выражение характера музыки, импровизация, выразительность и артистизм)	Умение показывать эмоции по образцу	Умеет импровизировать, эмоционально отражает характер музыки	Умеет выразительно исполнить танец и проявляет артистизм
Физические качества (гибкость, сила, равновесие)	Умеет выполнять физические упражнения по образцу	Знает о роли танцев в формировании здорового образа жизни. Понимает необходимость разминки на занятиях. Знает и умеет выполнять физические упражнения	Имеет навыки сохранения и поддержки собственной физической формы. Владеет комплексом упражнений, способствующих развитию необходимых физических качеств
Социальная активность	Участвует в мероприятиях учреждения	Участвует в мероприятиях учреждения.	Участвует в выступлениях по заявкам социума
Самостоятельность		Может самостоятельно провести часть разминки	Проявляет самостоятельность в сочинении танцевальных комбинаций, в организации выступлений, в исполнении причёски и макияжа, проведении разминки.

			Умеет самостоятельно получать знания
Старание и прилежание		Имеет начальные навыки самодисциплины	Имеет творческую самодисциплину
Культура поведения (владение навыками культурного зрителя и артиста)	Знает начальные навыки культурного поведения.	Знает правила культурного поведения	Владеет навыками культурного артиста и зрителя
Достижения обучающихся (портфолио)	Выступает на уровне коллектива и учреждения (на открытых занятиях, на праздниках)	Выступает на уровне коллектива и учреждения (на открытых занятиях, на праздниках)	Выступает на сценических площадках разного уровня

Диагностика старания и прилежания на занятиях (самооценка и взаимооценка)

Существенным элементом для любой модели обучения является рефлексия. Обучающиеся должны знать себя, свои способности и интересы с тем, чтобы «найти себя», свое место в жизни.

Для 2-3 года – 6-бальная система. Для последующих годов - 10-бальная.

В самооценку работы на занятии входят:

- приход на занятие вовремя: опоздание - 1 балл
- наличие соответствующей формы одежды, обуви: отсутствие - 1 балл
- наличие аккуратной соответствующей прически: отсутствие - 1 балл
- старание на занятии: максимум 6 или 10 баллов.

Дополнительные баллы:

- за шпагат: поперечный, продольный (правый, левый);
- за выступления на различных уровнях;
- за участие в мероприятиях коллектива;
- за проведение разминки;
- за самостоятельную работу.

Итоги подводятся в конце каждого полугодия на основании листа самооценки и взаимооценки и прилежания. Награждаются те, кто набрал большее количество баллов.

Основными средствами и приемами самооценки являются: самонаблюдение, самоанализ, самоотчет, самоконтроль, сравнение.

Диагностика чувства ритма

Цель: выявить уровень развития чувства ритма.

Задание: прохлопай (или простучи), ритм прослушанной мелодии. (Вначале показывается образец исполнения ритма, чтобы убедиться в правильности понимания ребенком смысла задания).

Критерии оценки:

1 балл – слабый уровень ритмической регуляции. Ровный ряд половинных длительностей, ровный ряд четвертных длительностей.

2 балла – средний уровень ритмической регуляции. Умение использовать

половинные, четвертные, восьмые длительности и ноты с точкой, т.е. элементы пунктирного ритма.

3 балла – высокий уровень ритмической регуляции. Использование пунктирного, синкопированного ритма и пауз.

Чувство ритма - Воспроизвести ритмический рисунок мелодии в хлопках.

3 балла – воспроизводит ритм точно

2 балла – воспроизводит метр

1 балл – действует беспорядочно

Диагностика теоретических понятий по программе (анкетирование, опрос)

Цель: выявить уровень осмысления теоретических понятий, закрепление усвоенных знаний и выявление значений не понятных или не понимаемых детьми

Дай толкование словам:

- Танец
- Доля (часть целого, единица)
- Баланс (равновесие)
- Интервал (промежуток, расстояние между чем-либо)
- Перенос веса (перемещение всей тяжести тела с одного места на другое)
- Музыкальная фраза (законченная часть мелодии)

Выбери правильный ответ:

- Темп (скорость) варианты ответов: скорость, характер, динамика
- Ритм (Равномерное чередование) варианты ответов: рисунок. Равномерность чередования, созвучие
- Линия (черта на поверхности или в пространстве) варианты ответов: черта, путь, граница, полоса. Какие линии знаешь? (прямые, кривые, круглые)
- Какие фигуры можно составить из линий в танце (параллельные, диагональ, полукруг, под углом, угол прямой, звездочка – соединение нескольких прямых линий в центре с раскрытием под одним углом).

Контрольные вопросы и задания по разным темам.

1. Что такое рисунок танца? Назови, какие знаешь рисунки в танце.
2. Назовите части сцены (авансцена, кулисы, задник, занавес, рампы и т.д.)
3. Перечислите основные средства танцевальной выразительности.
4. Перечислите, какие знаете критерии оценки выступления.
5. Что такое амплитуда? Выбери правильный ответ:
 - a. максимальный размах,
 - b. наибольшее отклонение колеблющего тела от положения равновесия (наибольшее расстояние между крайними точками),
 - c. движение в танце,
 - d. выполнение движения в полную силу.
6. Степени поворота $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{8}$. Каким градусам они соответствуют?
7. Какие позиции ног в классическом танце вы знаете?
8. Что такое противоход?
9. Что такое коллектив?

10. Перечисли фигуры в танце...
11. Что такое работа стопы?
12. Что такое баланс?
13. Напишите, какие позиции ног в русском танце вы знаете.
14. Покажите направления: лицом к зрителю, правым боком к зрителю, левым боком к зрителю, спиной к зрителю
15. Встаньте в круг, в колонну, в линию лицом к зрителю.
16. Послушайте музыку. Найди сильную долю. Прохлопай ритм.
17. Что такое опорная нога, рабочая нога?
18. В каком танце у нас есть музыкальная пауза?
19. Что такое темп? В каком танце у нас используются разные темпы?

Диагностика владения знаниями о культурном поведении артиста и зрителя (опрос, анкетирование).

Цель: выявить уровень знаний по сценической и зрительской культуре поведения, как должен вести себя культурный, грамотный и воспитанный артист и зритель.

Выбери правильный ответ:

Культурный, грамотный и воспитанный артист тот, кто

- А) комментирует со снисходительным видом выступления других артистов;
- Б) умеет незаметно передвигаться за кулисами, готовясь к своему выходу;
- В) выглядывает из-за кулис, чтобы лучше видеть, как выступают другие;
- Г) приходит на концерт заранее, имея при себе всё необходимое для выступления.

2. Быть готовым к выступлению, это:

- А) знать наизусть и без ошибок свою партию;
- Б) просто привести себя в порядок и прийти в чем есть;
- В) приготовить костюм (выгладить, подшить, почистить, сложить в специальный пакет);
- Г) знать, что должен исполнять партнёр и как взаимодействовать с другими исполнителями в номере;
- Д) сделать причёску, какая тебе нравится;
- Е) иметь с собой, расчёску, лак, шпильки, невидимки, резинки.

3. Культурный, грамотный и воспитанный зритель тот, кто

- А) разговаривает, громко комментирует выступления, чтобы показать свои знания;
- Б) если не нравится выступление, встает с места до окончания номера, входит и выходит во время выступления из зала;
- В) перед входом в зрительный зал обязательно выключает сотовый телефон;
- Г) всегда благодарит за выступления артистов аплодисментами;
- Д) может перекусить во время выступления, если проголодался;
- Е) ждет полного окончания спектакля или номера, чтобы выйти из зала.

4. Продолжи правила поведения:

- Вставать с места до окончания номера...
- За выступление артистов благодарят...
- Перед входом в зрительный зал необходимо выключить ...
- Разговаривать, перешептываться, шуршать фантиками, жеваться и употреблять еду во время выступления....
- Вставать с места до конца представления ...

- На концерт приходить...

Диагностика гибкости, силы, подвижности (контрольные упражнения).

1. Подвижность в плечевом суставе.

Учащийся, взявшись за концы гимнастической палки (веревки), выполняет выкрут прямых рук назад. Подвижность плечевого сустава оценивается по расстоянию между кистями рук при выкруте: чем меньше расстояние, тем выше гибкость этого сустава, и наоборот. Кроме того, наименьшее расстояние между кистями рук сравнивается с шириной плечевого пояса учащегося. Активное отведение прямых рук вверх из положения лежа на груди, руки вперед. Измеряется наибольшее расстояние от пола до кончиков пальцев.

2. Подвижность позвоночного столба.

Определяется по степени наклона туловища вперед. Учащийся в положении стоя на скамейке (или сидя на полу) наклоняется вперед до предела, не сгибая ног в коленях. Гибкость позвоночника оценивается с помощью линейки или ленты по расстоянию в сантиметрах от нулевой отметки до третьего пальца руки. Если при этом пальцы не достают до нулевой отметки, то измеренное расстояние обозначается знаком «минус» (-), а если опускаются ниже нулевой отметки — знаком «плюс» (+).

«Мостик». Результат (в см) измеряется от пяток до кончиков пальцев рук учащегося. Чем меньше расстояние, тем выше уровень гибкости, и наоборот.

3. Подвижность в тазобедренном суставе. Учащийся стремится как можно шире развести ноги:

1) в стороны и 2) вперед назад с опорой на руки. Уровень подвижности в данном суставе оценивается по расстоянию от пола до таза (копчика): чем меньше расстояние, тем выше уровень гибкости, и наоборот.

4. Для определения уровня развития силовых способностей и силовой выносливости используются следующие контрольные упражнения:

- Прыжки через скакалку,
- Отжимания от пола или от скамейки,
- Поднимание туловища из положения лежа с согнутыми коленями.

Мониторинг удовлетворенности качеством обучения по программе.

Ежегодно в конце учебного года проводится анкетирование обучающихся и их родителей на вопрос удовлетворенности качеством обучения по ДООП «Потанцуем... Поиграем».

Оценка удовлетворенности качеством обучения по программе проводится по следующим вопросам:

1. Удовлетворенность манерой и качеством преподавания педагога;
2. Удовлетворенность уровнем профессионализма педагога коллектива;
3. Удовлетворенность работой педагога с родителями;
4. Удовлетворенность материальным техническим оснащением;
5. Удовлетворенность результатами обучения ребенка;
6. Удовлетворенность участием и достижениями ребенка в конкурсах, фестивалях;
7. Готовность рекомендовать родительской общественностью данную программу знакомым.