

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР №1»**

РАССМОТРЕНО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ

ОТ «31»АВГУСТА 2023Г.
ПРОТОКОЛ №1

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОРА МБОУ ДО ДООЦ №1


ЮГОВА Н.В.
Приказ № 245-У от «31» АВГУСТА 2023Г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Азбука танца»

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1год

1 год – стартовый уровень

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1год

2 год – базовый уровень

Составитель
Педагог дополнительного образования:
Асриева Наталья Геннадьевна

г. Красноярск,
2023

1.2 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Конституция РФ. Основной Закон Российского государства (12.12.1993 г.) с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования (01.07.2020г.);

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования приказ № 1897 от 17.12.2010 года;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196". (Зарегистрирован 27.10.2020 № 60590);
Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

Письмо о внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ от 14 декабря 2015 г. N 09-3564;

Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ регионального модельного центра дополнительного образования детей Красноярского края от 2021 года;

Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844;

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Положение о дополнительной общеразвивающей программе и рабочей программе педагога дополнительного образования;

Новизна программы

Заключается в том, что в последние годы все большую популярность приобретают современная хореография и сценический-детский танцы, которые в своем развитии представляют собой результат синтеза искусства, актерского мастерства и физической подготовки обучающихся. Специфика этих танцев позволила им стать массовым видом искусства. В отличие от основ хореографии и ритмики, программа «Азбука танца» подразумевает, кроме обучения хореографии, активный старт для развития сценического современного танца: постановки имеют сюжетную линию в отличие от вариаций, и комбинаций исполняемых танцорами на открытых уроках по хореографии. С помощью танцевальной лексики и рисунков педагог создает драматургические танцевальные номера, с которыми дети выступают на сцене.

Актуальность программы

Обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к

общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Отличительные особенности

Программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, подходит для детей не имеющих ярко выраженных танцевальных способностей, но проявляющих живой интерес к искусству танца. Участником программы может быть любой ребенок, пожелавший заниматься хореографией, подходящий по возрасту. Программа направлена на воспитание танцевальной культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Содержит необходимый минимум тренировочных упражнений на развитие физических способностей: силы, гибкости и танцевальных движений, способствует гармоничному развитию танцевальных способностей учащихся. Обучение проводится в 2 этапа: 1 Алфавит музыкального движения – освоение азбуки ритмики, несложных элементов современного, классического и эстрадного танцев. 2 Первые шаги — совершенствование полученных знаний, освоение репертуара изучаемых танцевальных направлений. Оба этапа содержат работу по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации. Постановочная, композиционная работа с обучающимися детьми. Дифференцированный подход к обучающимся, исходя из подготовленности и природных данных.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на освоение в 2 года учащимися возрасте от 5 до 9 лет. По программе могут заниматься мальчики и девочки, имеющие интерес к содержанию программы и учащиеся, мотивированные на участие в концертной деятельности и фестивалях. Группы формируются по уровню подготовки и возрасту.

Количество обучающихся в группах 10-15 человек.

1 год обучение, стартовый уровень – 5-6 лет

2 год обучения- базовый уровень- 7-9лет

Направленность программы

Программа имеет художественную направленность, ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения 288 часов. 144 часа в год.

Форма обучения и режим занятий

Год обучения	Возраст для зачисления	Кол-во учащихся в группе	Количество час/нед.	Кол-во нед. /час в год
1 год обучения	5-6	10-15	4	36/144
2 год обучения	7-9	10-15	4	36/144

Занятия проводятся на протяжении 36 недель в год, по 2 часа два раза в неделю. Продолжительность академического часа составляет 30 минут. Продолжительность одного учебного занятия в образовательных объединениях не превышает двух академических часов. После каждого академического часа занятий предусматривается перерыв в размере не менее 5 минут. Продолжительность учебных часов в каникулярное время для всех обучающихся не превышает двух часов в день.

1.3 Цель и задачи программы

Цель программы: Содействие развитию гибкости у детей посредством занятий хореографии. Создание условий для раскрытия творческого потенциала в личности каждого обучающегося, используя образы и роли в исполнении танцевальных этюдов.

Задачи обучения:

Образовательные:

познакомить с направлениями и историей возникновения современного, классического и эстрадного танцев;
совершенствовать навыки работы в коллективе (синхронность, взаимопонимание, поддержка);
совершенствовать навыки правильного и выразительного исполнения танцевальных движений;
научить мыслить и погружаться в сценический образ.
способствовать освоению техники танцевальных движений;
научить видеть и различать ошибку и правильное исполнения у других участников коллектива.

Воспитательные

способствовать формированию у обучающихся нравственных качеств: ответственность, коллективизм, целеустремленность, внимание и уважение к другим участникам коллектива и педагогу;
способствовать формированию интереса и навыков обучающихся к танцевальному искусству, через овладение основами современного,

классического, эстрадного танца, ритмики, способствующие развитию художественного вкуса и формированию всесторонне развитой личности; способствовать формированию культуры здорового образа жизни.

Развивающие:

содействовать развитию умения выполнять танцевальные движения с большой амплитудой, гибкостью, силой, скоростью и координацией;

Развивать чувство музыкальности и понимание ритма, умение определять эмоциональное настроение в танце, способность к творческому самовыражению;

Развивать внимание, зрительную и двигательную память, образное мышление; способствовать формированию умения продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать мнение других обучающихся.

Программа реализуется на стартовом уровне направлена на обновление содержания современного дополнительного образования, формируя у учащихся углубленные навыки танцевальной техники (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, выворотность стопы, выразительность телодвижений; музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух; сценические способности; артистизм; желание выступать на сцене), а также нравственно-волевые качества личности, настойчивость в достижении результата и выдержку.

Составлена с учетом возможности реализации индивидуального образовательного маршрута обучающегося.

1.4 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Наименование разделов, тем.	количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	Опрос мониторинг, практическое тестирование (наблюдение)
1.1	Инструктаж по технике безопасности	1	1		
1.2	Диагностика гибкости, уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года	1		1	
1.3	Знакомство с направлениями и историей возникновения	2	1	1	

	современного, классического и эстрадного танцев;				
2	Учебно-тренировочные занятия	38	6	32	Опрос, наблюдение, выполнение упражнений на открытом занятии. Тест задания по выполнению ОФП . Совместный анализ
2.1	Изучения основных позиций рук и ног	4	2	2	
2.2	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений	6	1	5	
2.3	Общефизическая подготовка	8	1	7	
2.4	Партерный экзерсис (стретчинг)	14	1	13	
2.5	Разучивание новых и тренировка изученных ранее танцевальных шагов, подскоков, прыжков	6	1	5	
3	Развитие танцевальных навыков	36	3	33	Промежуточная диагностика знаний и умений, отзывы родителей
3.1	Элементы классического танца	10	1	9	
3.2	Элементы эстрадного, детского танца	12	1	11	
3.3	Элементы современного танца	14	1	13	
4	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность	40	2	38	Творческий показ, анализ участия в конкурсных мероприятиях и концертах
5	Этюдная работа	12		12	Сравнение и анализ после просмотра, участвует вся группа
6	Танцевальная импровизация	6	2	4	
7	Развитие художественно-творческих способностей	4	1	3	Обсуждение, мастер-класс
8	Контрольные и итоговые занятия. Концерт.	4		4	Открытое занятие, творческий отчет
	итого	144	16	128	

2 год обучения

№	Наименование разделов, тем.	количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	

1	Вводное занятие	4	2	2	Опрос мониторинг, практическое тестирование (наблюдение)
1.1	Инструктаж по технике безопасности	1	1		
1.2	Диагностика гибкости, уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года	1		1	
1.3	Беседа о развитии и тенденциях современного, классического и эстрадного танцев в современном мире;	2	1	1	Совместный анализ по работе прошлого года обучения
2	Учебно-тренировочные занятия	38	6	32	Совместное обсуждение, наблюдение, анализ. выполнения упражнений на открытом занятии. Проверка знаний по терминологии
2.1	Изучение и повторение основных и позиций рук и ног	4	2	2	
2.2	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений	6	1	5	
2.3	Общефизическая подготовка	8	1	7	
2.4	Партерный экзерсис (стретчинг) углубленное изучение. Закрепление техники исполнения. навыков и умений.	14	1	13	
2.5	Разучивание и закрепление танцевальных шагов, подскоков, прыжков	6	1	5	
3	Развитие танцевальных навыков. Углубленное изучение и закрепление.	36	3	33	Промежуточная диагностика, проверка теоретических и практических знаний и умений
3.1	Элементы классического танца.	10	1	9	
3.2	Элементы эстрадного, детского танца	12	1	11	
3.3	Элементы современного танца	14	1	13	
4	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность	40	2	38	Творческий показ, анализ участия в конкурсных мероприятиях и концертах
5	Этюдная работа	12		12	Сравнение и анализ после просмотра
6	Танцевальная импровизация	6	2	4	Проведение внутреннего состязания, обсуждение и анализ

7	Развитие художественно-творческих способностей	4	1	3	Обсуждение, мастер-класс
8	Контрольные и итоговые занятия. Концерт.	4		4	Открытое занятие, творческий отчет
	итого	144	16	128	

1.5 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие.

1.1 Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Инструктаж по технике безопасности в хореографическом зале.

Правила поведения в зале, за кулисами, около сцены, на сцене во время выступлений, в поездках за пределы города.

Контроль: беседа.

1.2 Диагностика гибкости (приложение №6), уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Практика: «Поклон-приветствие», игра (приложение №1) «**Танцевальный нон-стоп**» на сплочение коллектива, оценку музыкального слуха и чувства ритма. Проведение комплекса упражнений на определение уровня подготовки «**Я_могу!**» (приложение №2), направленный на гибкость, эластичность мышц и связок, силу, равновесие, ловкость и координацию. Результаты фиксируются.

1.3 Знакомство с направлениями и историей возникновения современного, классического и эстрадного танцев.

Просмотр видео танцевальной композиции и этюдов. Обсуждение и анализ после просмотра.

Контроль: беседа, устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

Раздел 2. Учебно-тренировочные занятия.

2.1 Изучения основных позиций рук и ног.

Теория: Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части. Танцевальные позиции ног: I, II, III. Танцевальные позиции рук (I, II, III). Положение тазобедренного сустава относительно выворотности.

Второй год обучения: IV, V, VI позиции ног. Танцевальные позиции рук (I, II, III). Соединение позиций рук в несимметричные комбинации Положение тазобедренного сустава относительно выворотности.

Практика: Разминка (Выполнение упражнений на развитие гибкости на классической основе (Port de bras I, II, III; упражнения: с медленными движениями, с маховыми движениями, с пружинистыми движениями, с принудительным растяжением). Разучивание основных шагов, ходов, базовых движений различных танцев по направлениям, в зависимости от планируемой постановки. Позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме.

Комбинации хореографических упражнений. Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях. Полуприседания. Движения плеч, головы. Перегибы корпуса, повороты.

Контроль: устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

2.2 Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.

Теория: Понятие осанка. Постановка корпуса. Положение головы. Правила движения под музыку.

Практика: Упражнения для головы: поворот в профиль, вправо, влево, вверх, вниз. Основные ходы и движения. Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. Упражнение на укрепление и развитие мышц спины, и развитие мышечной памяти при постановке правильного положения корпуса, формирование линий рук и ног. Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Контроль: наблюдение, практический показ обучающимися пройденного материала.

2.3 Общефизическая подготовка

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: Упражнения на гибкость; движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки. Развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку. Укрепление мышечного корсета, пластика и статика позвоночника, постановка баланса (устойчивость, равновесие, гибкость), сила ног (подкачка икроножных, бедренных, ягодичных мышц, формирование мышечного рельефа, устойчивости, выносливости и скорости выполнения движений), постановка рук (упражнения на пластику и динамику рук, координация и выразительность), разработка колен и стоп (растяжка и укрепление голеностопа и стопы, мягкость и выработка танцевального подъёма), общесилового тренинг (подготовка мышечного аппарата к восприятию и реализации танцевально-хореографической информации), освоение танцевальной гимнастики и акробатических элементов (пенек, березка, мост, планка, кувырки и перевороты) стретчинг (для шпагатов, махов, рондов).

Контроль: входной контроль промежуточный контроль, итоговый контроль для проверки результатов апробации модуля программы и получения информации об изменении уровня развития гибкости обучающихся. практический показ обучающимися пройденного материала. Тестирование в игре.

2.4 Партерный экзерсис (стретчинг)

Теория: Понятие «партерный экзерсис» (гимнастика на полу). Для чего нужен? Строение человеческого тела. Знакомство с техникой безопасности при выполнении технически сложных элементов. Понятия перекаты, ощущения пространства, координация движений. Значение внимания в процессе выполнения движений.

Практика: (приложение №3)

Выполнение упражнений дыхательной гимнастики. Комбинации на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и связок, развитие «выворотности». Отработка навыков вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса. Проработка всех групп мышц через сочетание упражнений и музыки. Полуприседания и полные приседания - медленные (мягкие, плавные) и быстрые (резкие, отрывистые). Упражнения на развитие подвижности стопы (*battements tendus*). Круговые движения ногой по полу или по воздуху. Введение новых элементов в экзерсис на полу (в партере): перекатов через плечо назад и вперед. Знакомство с положениями *upside down* (вниз головой) с опорой на плечо и выходом в стойку на руках. Изучения экзерсиса на середине: *battements tendus*, *demi plies*, *rond de jambe par terre* (структура классического экзерсиса) в технике современного танца.

Упражнения для развития ощущения пространства (ходьба и бег спиной, лицом, меняя направление, заполнять пустое пространство, комбинировать ходьбу и бег с элементами движений - падения, прыжок, контакт). Растяжка задней поверхности спины в положении *roll down*. Упражнения *stretch* – характера в положении лежа. Упражнения *stretch* – характера в положении сидя. Акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты).

Второй год обучения: продолжение, углубление, усложнение и изучение новых элементов (совершенствование техники и увеличение динамики)

Контроль: устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

2.5 Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.

Теория: Виды шагов, подскоков, прыжков.

Практика: Шаги – бытовой, танцевальный с носка, на полупальцах, с высоко поднятыми коленями и вытянутыми носками, боковой приставной шаг, марш.

Подскоки – на двух ногах на месте, с продвижением, подскоки на двух с одновременным подхватом. Прыжки – высокие на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, с продвижением вперед, вокруг себя, прыжки с поджатыми ногами.

Контроль: устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

3. Развитие танцевальных навыков.

3.1 Элементы классического танца

Теория: Особенности классического танца. Особенности постановки и положения корпуса, центра во время исполнения классических элементов танца.

Практика: *demi plie* (деми плие) -неполное «приседание», *grand plie* (гранд плие)-глубокое, большое «приседание», *relevé*(релеве) «поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног. *battement tendu* (батман тандю) «вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением ноги скользящим движением в ИП. Отработка основных позиций рук и ног в

классическом танце. Работа над постановкой корпуса, развитием устойчивости, «выворотности», равновесия. Выполнения различных элементов и комбинаций классического танца.

*На второй год обучения, кроме закрепления изученного материала следует углубление в лексику и технике, добавляем *battement tendu jeté* (батман тандю жете) «бросок», взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом. *demi rond* (деми ронд) неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45;90 градусов и выше). *rond de jambe par terre* (ронд-де жамб пар тер)-круг носком по полу круговое движение носком по полу.*

Контроль: устный опрос, проверка знания терминологии, практический показ обучающимися пройденного материала. Оценка техники исполнения.

3.2 Элементы эстрадного, детского танца.

Теория: Особенности эстрадного, детского танца. Какие танцы называют эстрадными и почему.

Практика: Композиции из элементов эстрадного танца. Изучение движений эстрадного направления. Ритмические построения комбинаций. Драматургия танца.

Контроль: устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

3.3 Элементы современного танца.

Теория: Стиль, манера и техника современного танца.

Практика: Практическое изучение элементов современных танцев: импровизационные, парные, массовые, молодежные (уличные) направления, характерные (этнические), «диско», «рок», «фанк», «реп». Знакомство с акробатическими, трюковыми техниками, гимнастики как основы танцевальных стилей.

Контроль: беседа, практический показ обучающимися пройденного материала.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность. (приложение №4)

Теория: Постановка. Рисунок и сюжет танца, Акценты. Костюм и реквизит. Прослушивание музыкального сопровождения танца. Навыки выступления перед аудиторией. Эмоциональность, её выражение в танце с помощью мимики и жестов; ориентация в пространстве. Оценка своего исполнения.

Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».

Практика: рисунок танца, строение, перестроение, построение: «квадратное/угловое», «линейное построение», «круговое построение», «линия», «колонна», «диагональ», «крест», «полукруг», «шахматный порядок».

Изучение танцевальных движений. Отработка сюжетных комбинаций, соединение танцевальных комбинаций с рисунком танца. Работа над танцевальным репертуаром. Генеральные репетиции и прогоны. Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.

Контроль: устный опрос, практический показ обучающимися пройденного материала.

Участие в концертных программах, отчетных концертах, конкурсах и фестивалях.

Примечание: постановочная и репетиционная работа в рамках проведения урока может включать в себя пункты из содержания программы (игры, тесты, тренировки на развитие гибкости)

5. Этюдная работа.

Практика: Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы. Музыкально – танцевальные игры.

Контроль: Просмотр и наблюдение. Совместный анализ.

6. Танцевальная импровизация.

Теория: Понятие «танцевальная импровизация». Техника импровизации.

Практика: Комплекс игровых упражнений и творческих занятий на развитие образного мышления и фантазии, музыкальности, ритмичности, актерских данных, снятие психологических зажимов эмоций, чувств, гармоничное восприятие себя. Игра на развитие универсальных учебных действий (коммуникативные, познавательные) **«Изображалки»**

7. Развитие художественно-творческих способностей.

Теория: Расширение кругозора обучающихся, знакомство с классическими шедеврами в области хореографии.

Практика: Просмотр видео балетов, современных хореографических спектаклей. Проведения мастер – классов с другими педагогами. Проведение творческих мероприятий на различные от танцевального направления темы .

8. Контрольные и итоговые занятия.

Практика: Открытое занятие для родителей, участие в отчетном концерте. Оценка приобретенных учащимися умений и навыков. Награждение по итогам освоения программы.

1.6 Планируемые результаты

Планируемые результаты

Личностные:

обучающиеся осознают социальную значимость существующих норм ответственного поведения, анализируют поведение других людей и свое с точки зрения проявления ответственности;
сотрудничают со взрослыми и друг другом в разных видах деятельности;

Метапредметные:

Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;

Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

Умение строить логическое рассуждение, умозаключение, формировать свои мысли в устной форме, формулировать и отстаивать свое мнение и так же находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

умение видеть ошибки в исполнении движений ,анализировать выполненное действие.

Предметные:

Воспитанники первого года обучения должны:

знать:

изучаемую терминологию, применяемую в хореографии;
основы истории, возникновения и развитии танцевальных направлений (классического, современного и эстрадного танцев)
основные шаги, ходы, движения и комбинации различных (изучаемых) танцев;
Правила использования инвентаря и поведения в хореографическом зале .

уметь:

соблюдать правила безопасности и поведения на занятиях;
выполнять упражнения на гибкость;
транслировать настроение и характер танца в движениях;
исполнять технически правильно изученные техники движений;
классические позиции рук и ног;
слышать музыкальный ритм и счет, исполнять танец под музыку;
выполнять движения с большей силой и амплитудой;
синхронно двигаться в коллективе, когда стоит данная задача.

Воспитанники второго года обучения должны:

знать:

изучаемую терминологию, применяемую в хореографии;
определение быстрого и медленного перехода из одного рисунка в другой;
различия танцев, под определенную музыку;
основы истории, возникновения и развитии танцевальных направлений (классического, современного и эстрадного танцев)
знают основные шаги, ходы, движения и комбинации различных (изучаемых) танцев. Танцевальные связки и постановки;

Правила использования инвентаря и поведения в хореографическом зале;

уметь:

соблюдать правила безопасности и поведения на занятиях;
выполнять качественно упражнения и танцевальные элементы на гибкость (мост, рыбка, лягушка, шпагат, батманы, складки и др.)
транслировать настроение и характер танца в движениях;
импровизировать на тему образа, персонажа, под предложенную музыку и без музыкального сопровождения;

исполнять технически правильно изученные техники движений,
 исполнять усложненные комбинации;
 слышать музыкальный ритм и счет, исполнять танец под музыку;
 выполнять движения с большей силой и амплитудой;
 синхронно двигаться в коллективе, когда стоит данная задача;
 исполнять и различать классические позиции рук и ног.

Календарный учебный график реализации программы

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Ср. прове промеж итог аттес
1	1	01.09.22		36	72	144	2 раза в неделю, по 2 часа	Декаб
2	2	01.09.23		36	72	144	2раза в неделю, по 2 часа	Декаб

Программа реализуется на стартовом уровне

направлена на обновление содержания современного дополнительного образования, формируя у учащихся углубленные навыки танцевальной техники (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, выворотность стопы, выразительность телодвижений; музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух; сценические способности; артистизм; желание выступить на сцене), а также нравственно-волевые качества личности, настойчивость в достижении результата и выдержку.

Составлена с учетом возможности реализации индивидуального образовательного маршрута обучающегося.

1.8 Условия реализации программы.

Материально_техническое обеспечение.

Залы хореографии оснащены:

Хореографические станки;

Коврики;

Зеркала;

Скакалка;

Мячи;

Гимнастические маты;

Инвентарь для проведения игр;

Техника для воспроизведения видео и просмотра его обучающимися;

Музыкальные центры;

Доступ в интернет;

Программа для многодорожечной записи, редактирования и монтажа видео и аудио потоков;

Программа для проигрывания музыки;

Программа для просмотра и создания презентаций;

программа для создания, просмотра и редактирования текстовых документов

программа для работы с цифровыми фотографиями.

Информационное обеспечение.

- Интернет источник «**You Tube**» : Видео фестивалей детского танца и галла концертов;
- Интернет источник «**Вконтакте**» : просмотр выступлений хореографических коллективов. Мастер-классы для педагогов и тренинги ,от танцевальных сообществ детского танца (обмен опытом);
- Интернет-канал«**Telegram**»: Хореограф ГЦНТ.

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы и работы с детьми не менее 1 года, образование – не ниже средне-специального, профильное или педагогическое.

Формы аттестации и оценочные материалы

Первый год:

анализ поведения других людей и свое с точки зрения проявления ответственности;

сотрудничество со взрослыми и друг другом в деятельности;

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;

Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

Умение строить логическое рассуждение, умозаключение, формировать свои мысли в устной форме, формулировать и отстаивать свое мнение и так же находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

умение видеть ошибки в исполнении движений ,анализировать выполненное действие.

изучаемую терминологию, применяемую в хореографии;

основные шаги, ходы, движения и комбинации различных (изучаемых) танцев;

соблюдать правила безопасности и поведения на занятиях;

выполнять упражнения на гибкость;

транслировать настроение и характер танца в движениях;

исполнять технически правильно изученные техники движений;

классические позиции рук и ног;

слышать музыкальный ритм и счет, исполнять танец под музыку;

выполнять движения с большей силой и амплитудой;

синхронно двигаться в коллективе, когда стоит данная задача.

Второй год:

изученную терминологию, применяемую в хореографии;

сотрудничество со взрослыми и друг другом в деятельности;

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;

Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

Умение строить логическое рассуждение, умозаключение, формировать свои мысли в устной форме, формулировать и отстаивать свое мнение и так же находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

умение видеть ошибки в исполнении движений ,анализировать выполненное действие.

определение быстрого и медленного перехода из одного рисунка в другой; различия танцев,под определенную музыку;

знают основные шаги, ходы, движения и комбинации различных (изучаемых) танцев. Танцевальные связки и постановки;

соблюдать правила безопасности и поведения на занятиях;

выполнять качественно упражнения и танцевальные элементы на гибкость (мост, рыбка, лягушка, шпагат, батманы, складки и др.)

транслировать настроение и характер танца в движениях;

импровизировать на тему образа,персонажа,под предложенную музыку и без музыкального сопровождения;

исполнять технически правильно изученные техники движений, исполнять усложненные комбинации;

слышать музыкальный ритм и счет, исполнять танец под музыку;

выполнять движения с большей силой и амплитудой;

синхронно двигаться в коллективе, когда стоит данная задача;

исполнять и различать классические позиции рук и ног.

Оценка результативности образовательной деятельности

Входная диагностика

проводится для определения уровня стартовых знаний и умений, при наборе или на начальном этапе формирования группы.

Сроки: сентябрь или октябрь

Форма: тест; игра.

Диагностический материал: Приложение №1,№2№6.

Промежуточная аттестация

представляет собой текущий контроль освоения тем, разделов дополнительной общеобразовательной программы, выполняя функцию обратной связи и позволяя получить сведения о ходе процесса усвоения у каждого обучающегося.

Сроки: декабрь

Итоговая аттестация

представляет собой результат овладения системой учебных действий, изменений качеств личности каждого ребенка с изучаемым учебным материалом.

Сроки: май

Форма:

Аттестационный материал: Приложение №2, №5, №6.

Результаты обучения вносятся в карту прохождения образовательного маршрута:

Где определяется уровень обучающегося по основным критериям:

Высокий (В) учащийся самостоятельно и качественно выполняет предоставленные задания; **Хороший (Х)** учащийся самостоятельно выполняет предоставленные задания, но допускает незначительные ошибки; **Удовлетворительный (У)** учащийся выполняет задания частично, с ошибками; **Неудовлетворительный (Н)** учащимся практически не выполнено задание.

После заполнения карты педагогом делается *Анализ прохождения образовательного маршрута*: Приложение № 8 с выводами и рекомендациями

Методические материалы

Формы проведения занятий: беседа, репетиционный процесс, творческая лаборатория, мастер-класс, практическое занятие, игра, творческое занятие с элементами импровизации, открытое занятие, выступления, отчетный концерт.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная (беседа, рассказ, объяснение, просмотр видеоматериалов); коллективная (репетиции, постановочная работа, концерт, мастер-класс); групповая (организация работы в малых группах); индивидуальная (работа с одаренными детьми, солистами, выполнения индивидуальных заданий в ходе работы в хореографической постановке). Для занятий учащимся необходимы: репетиционная форма, профессиональная танцевальная обувь, дневник успеваемости и достижений.

Занятия на каждом этапе обучения строятся последующей схеме: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

Педагогические технологии

- Педагогика сотрудничества
- Технология развития критического мышления
- Здоровье сберегающая технология
- Игровая технология
- Компьютерные (новые информационные) технологии
- Соревновательная технология
- Технология уровневой дифференциации

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 в последней действующей в 2018 году редакции от 29 декабря 2017 года, с изменениями и дополнениями, вступившими в силу.
2. Федеральный государственный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»).
3. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ (2015 г.).
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14).
5. Концепция модернизации российского образования на период до 2021г.
6. Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (Минпросвещение России) от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04.

Основная литература:

- Бочкарева, *Н.И.* Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000.
- Венгер, *Н.Ю.* Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2000.
- Бабаев, *В.С.* Педагогика и репетиторство в классической хореографии: Учебник / В.С. Бабаев, Ф.Ф. Легуша. - СПб.: Планета Музыки, 2019.

Бабакин, Б., С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Уч. Пособие / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. Фатыхов и др. - СПб.: Планета Музыки, 2019.

Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца. – Орел: ОГИИК, 2018.

Мирохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии. – Орел: ОГИИК, 2018.

Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей. –М: Издательский дом «Один из лучших», 2018.

Приложение к содержанию программы

Приложение №1

«Танцевальный нон-стоп»

Педагог включает музыкальную композицию из нескольких произведений, в разных стилях и ритмах, соединенную в один трек. Обучающимся предлагают исполнить в форме импровизации танцевальные движения на личных ощущениях и восприятии под звучащую музыку, стараясь передать характер и образ. По окончании задания проводится совместное обсуждение и анализ (как и что чувствовали обучающиеся и на какие танцы по их мнению была похожа разная музыка).

Приложение №2

«Я могу»

Проведение комплекса упражнений на определение уровня подготовки. Обучающимися выполняются упражнения на силу, ловкость, гибкость, равновесие, растяжку и выносливость, результаты которых фиксирует педагог, которые позже, в период промежуточной и итоговой аттестации будут сравниваться между собой :

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи измеряются -см)

«Шпагат» (продольный на правую и левую ногу, поперечный) измеряется самое большее расстояние до уровня пола, с обязательным условием сохранения прямых обеих ног в коленном суставе, правильном расположении тазобедренного сустава и выворотными в правильном направлении обеих стоп.

Прыжки на скакалке (непрерывные прыжки через скакалку на двух ногах, стопы в шестой позиции) Фиксируется количество прыжков совершенных не сбиваясь ,время на попытки-1минута.)

«Рыбка» -лежа на животе, ладони положить на пол, на уровне плеч, поднять голову, прогнуться, сгибая ноги назад,дотянуться ступнями до головы. (измеряется расстояние от носка стопы до линии роста волос на лбу).

Поднимание прямых ног вперед на 90 градусов от пола, лежа в упоре на локтях, на спине(за 30 секунд) Фиксируется количество.

«Ласточка» -стоя на правой ноге, вывести прямую левую ногу назад(не выворачивая тазобедренный сустав), руки в стороны, два плеча смотрят ровно, прямо- вперед. Поясница прогнута. То же самое на другую ногу.(фиксируется время удержания «Ласточки»

Приложение №3

Партерный экзерсис (стретчинг).

Методические рекомендации по развитию гибкости тела юных танцоров
Танец – один из видов искусства, в котором гармонично сочетаются музыка и пластика движений. Роль танца особенно важна в воспитании гибкого и подвижного тела, благородной осанки будущего танцора.

Экзерсис в хореографии - фундамент танца. Партерный экзерсис даёт обучающимся первоначальную хореографическую подготовку, развитие природных физических данных, формирует основные двигательные качества и навыки.

Целевое предназначение партерного экзерсиса (упражнений на полу) ориентировано на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и связок, наращивание силы мышц.

Базовые упражнения повторяются 4-5 раз.

«Шпагат». Ноги должны быть прямые, стопа впереди вытянута, а сзади «утюгом» (сокращенная стопа). Противоположное передней ноге плечо отведено вперед. Упражнение усложняется тем, что можно заднюю ногу сгибать, приближая к голове. Это упражнение также развивает выворотность и танцевальный шаг обучающегося.

«Кошечка». Исходное положение – упор на коленях. «Раз-два» – спину прогнуть, голову поднять до предела вверх. «Три-четыре» – спину выгнуть, голову опустить вниз

Рыбка».- Исходное положение лежа на животе. Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, стараться коснуться ногами головы.

«Верблюд». Исходное положение – стоя на коленях. Согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ног или до пола за носками ног. Медленно перебирая руками, взяться за колени, бедра при этом должны быть максимально выдвинуты вперед.

«Змейка». Исходное положение – лежа на животе, колени выпрямлены, стопы вытянуты или находятся в 1 позиции. Медленно поднимать плечи вверх и назад, максимально сократив мышцы спины и прогнувшись под лопатками.

Упор руками в пол, максимально, около корпуса. Усложненный вариант: прогибаясь в лопатках, руки зафиксировать за головой.

«Улитка». Исходное положение – сидя на коленях. На счет «раз-два-три-четыре» голова опустилась вперед, за ней опустились плечи, затем округлилась спина. На счет «пять-шесть-семь-восемь» медленно выпрямились, стараясь, как бы, «развернуться» – «улитка показала рожки». Затем все выполняется в обратном порядке: сначала медленно округляется спина, плечи, затем голова, стараясь, как бы, «свернуться» - «улитка спряталась в домик».

Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, которые выполняются,

лежа на спине, со свободным расположением рук вдоль тела ладонями вниз, ноги свободно вытянуты, пятки вместе, все мышцы тела расслаблены. При выполнении упражнений обратить внимание на напряжение тех или иных мышц, затем следует их полное расслабление, которое также необходимо ощутить.

Упражнение на напряжение мышц тела

1. Исходное положение – лечь на спину, ноги вытянуть, руки положить вдоль тела. На счет «раз-два» легко раскрыть ноги в сторону циркулем», пальцы вытянуть, колени держать чуть присогнутыми, на «три-четыре», возвращая ноги в исходное положение, сосредоточить сопротивление на стопе и голени.

Вернуться в исходное положение.

2. Исходное положение – лечь на спину, ноги вытянуты, повернуты внутренней стороной наружу (выворотно, I позиция), руки раскрыты в стороны и положены на уровне надплечий. На счет «раз-два» одну ногу, сгибая в колене, подтянуть как можно выше к плечу (другая вытянута выворотно), согнутая нога скользит пальцами по вытянутой ноге, не отрываясь от пола. На счет «три-четыре» зафиксировать это положение. Колени стараться положить на пол, пальцы ног вытянуть. На счет «раз-два» медленно выпрямить ногу и вернуть в исходное положение. Ногу поднимать как можно выше. То же самое проделать другой ногой.

3. Броски ногами поочередно, то правой, то левой, вперед и в стороны.

Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги выворотно, руки положить вдоль тела ладонями вниз. На счет «раз» выбросить правую ногу вверх, сильно вытянув пальцы ног и колено. Другая нога, вытянутая и выворотная, лежит на полу неподвижно. На счет «два» медленно опустить ногу в исходное положение. Выполнить правой, потом левой ногой. То же самое в стороны.

4. Исходное положение – стоя на коленях, правая рука вперед, левая под головой. На счет «раз-два» отклонить таз вправо; на счет «три-четыре» вернуться в исходное положение. То же в другую сторону. Повторить 12 раз.

Это упражнение развивает подвижность локтевого сустава, повышает эластичность мышц плеча и предплечья.

5. Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет «раз» вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола. Повторить 16 раз. Это упражнение способствует увеличению подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

6. Исходное положение – сесть на пятки, носки вытянуть. На счет «раз», опираясь левой рукой о пол, захватить правой левое колено и постараться приподнять его; на счет «два» вернуться в исходное положение. То же другой ногой. Повторить 16 раз. Это упражнение увеличивает подвижность голеностопного сустава, эластичность мышц голени и стопы.

7. Исходное положение – стоя на коленях, наклониться вперед, предплечья на полу. На счет «раз-два-три-четыре» потянуться плечами к полу; на счет «пять-шесть-семь-восемь» вернуться в исходное положение. Повторить 12 раз. Это упражнение повышает подвижность локтевого сустава, эластичность мышц плеча и предплечья.

8. Исходное положение – лечь на спину, руки вытянуть вдоль тела. На счет «раз-два-три-четыре» прогнуться, опираясь на локти и не отрывая таз и голову от пола; на счет «пять-шесть-семь-восемь» вернуться в исходное положение.

Повторить 16 раз. Это упражнение улучшает гибкость позвоночника.

9. Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет «раз» приподнять выпрямленную правую ногу; на счет «два» вернуться в исходное положение. То же другой ногой. То же с вращением стопы вовнутрь. Каждое вращение повторить по 4 раза. Это упражнение способствует увеличению подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

10. Исходное положение – сидя, ноги согнуты, грудь прижата к бедрам, руками взяться за пятки. На счет «раз-два-три-четыре» попытаться выпрямить ноги, не отрывая туловища от ног; на счет «пять-шесть-семь-восемь» вернуться в исходное положение. Повторить 12 раз. Это упражнение улучшает гибкость позвоночника.

11. Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки, сзади ноги согнуты врозь, стопы на полу. На счет «раз-два-три-четыре» приподнять таз и подать его вперед, к пяткам; на счет «пять-шесть-семь-восемь» вернуться в исходное положение. Повторить 12 раз. Это упражнение развивает подвижность локтевого сустава, повышает эластичность мышц плеча и предплечья.

Упражнение на расслабление мышц тела

1. Исходное положение – расслабиться, лежа на спине. На четыре счета надо вытянуть ноги и пальцы ног; напрячь все мышцы тела, затем на четыре счета полностью расслабиться.

2. Исходное положение – расслабиться на спине. На счет «раз-два» при свободно лежащем корпусе, голове и руках, медленно вытягивая пальцы ног (невыворотно), напрячь мышцы ног. На счет «три-четыре» поднять как можно выше носки вверх (сократить подъем, чуть отделить пятки от пола). При этом все внимание сконцентрировать на мышечном чувстве другой группы мышц, особенно подколенных и голеностопных.

3. Исходное положение – расслабиться, лежа на спине. На счет «раз-два» при свободно лежащем корпусе медленно, вытягивая пальцы ног, напрячь только мышцы ног. На счет «три-четыре», напрягая и сокращая ягодичные мышцы, повернуть бедра, голени и стопы внутренней стороной наружу так, чтобы пятки подошвенной стороной коснулись друг друга, а мизинцы – пола.

Поворот в тазобедренном суставе производится мышцами, которые, сокращаясь, растягиваются.

4. Исходное положение – расслабиться, лежа на спине или сидя. На счет «раз-два», вытянув ноги, развернуть внутренней стороной наружу (выворотно), а пятками (подошвенной стороной) прикоснуться друг к другу, мизинцы должны коснуться пола (мышцы напрягаются). На счет «три-четыре» сократить подъем ног так, чтобы пятки коснулись друг друга вместе с подошвами и носками образовали прямую линию, а мизинцы коснулись пол, т. е. должна получиться I позиция. Ноги в коленях выпрямлены. Ощутить сокращение мышц.

5. Исходное положение – сесть на пол, согнув ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить пальцы ног руками. На счет «раз-два-три-четыре» медленно наклониться вниз; распрямляя ноги, прижаться головой к ногам, сохраняя

первую позицию ног. На «раз-два-три-четыре» вернуться в исходное положение.

6. Исходное положение – лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной наружу (выворотню). Медленно поднимать то одну, то другую или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в I позицию.
7. Исходное положение – лечь на пол, вытянуть ноги вперед, корпус прямой, руки опущены вниз. на счет «раз-два» быстро наклонить корпус вниз, взявшись руками за стопы, прижаться грудью к ногам, выпрямив позвоночник. На счет «три-четыре» зафиксировать такое положение. Медленно поднять корпус, прийти в исходное положение.
8. Исходное положение – сесть на пол, вытянутые ноги раскрыть циркулем в стороны. На счет «раз-два» наклонить корпус вниз, стараясь животом и грудью достать пол, руки вытянуть вперед. На счет «три-четыре» зафиксировать такое положение. Это упражнение также способствует выработке амплитуды балетного шага.
9. Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела ладонями вниз. На счет «раз-два» поднять одновременно корпус и вытянутые ноги (образовать угол). Руки для равновесия поднять и раскрыть в стороны. На «три-четыре» положение зафиксировать. На счет «раз-два-три-четыре» прийти в исходное положение.
10. Исходное положение – лечь на пол на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела. На счет «раз-два» согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, на счет «три-четыре» прижать голову к коленям и зафиксировать это положение. На счет «раз-два» вернуться в исходное положение, на счет «три-четыре» расслабиться.

Партерный экзерсис важен для формирования осанки, укрепления мышц, формирования опорно-двигательного аппарата, развития органов дыхания и отдельных двигательных качеств (силы, гибкости, координации, ловкости, выносливости).

Приложение №4

Драматургия в танце – это логическая последовательность в развитии действия, одно действие порождает другое и является причиной его появления. Согласно этому закону танец имеет начало, развитие и конец.

Драматургия сюжетного танца - это не отдельная форма, а структура строения, где присутствует сюжет (простой или сложный).

Практика: На примере простых детских сказок (например «Репка») совместно определяем завязку (посадил дед репку), развитие событий (появление всех персонажей и совместные усилия для достижения цели), кульминацию (вытянули репку) и развязку (все молодцы, дружно репку поели, конец).

Переносим этапы в танец.

Бессюжетная драматургия — будет определяться развитием формы (рисунком, лексикой от простого к сложному).

Практика: определяем разницу скоростей в движении, различные уровни, амплитуду и направления. Выполняем перестроения и переходы, медленные, быстрые и мгновенные.

Приложение №5

Танцевальная импровизация. Игра: «Изображалки»

обучающихся делят на 2 команды, где одниравнивают. анализируют и учатся видеть ошибки, а другие исполняют задания. Далее команды меняются ролями.)

Перед детьми ставятся задачи :

- 1. изобразить образ или персонажа или действие пантомимы (без предмета), на заданую тему (например: я-бочка, я-комарик, я-несу хрупкую вазу, я лягушка, я-ветер, цветок, кошка и т.д., максимально понятно, читаемо, но при этом по-разному друг от друга и нестандартно. (спользуя изученую базу танцевальной лексики ,используя интуитивные движения и воображение).*
- 2. придать настроение. Характер и разные скорости образу или персонажу (сильный, быстрый, тихий, большой, грустный, веселый, и т.д. Например: вы _теплый, мягкий, тихий и добрый ветерок; вы- веселая, громкая и шустрая лягушка, вы-несете огромный тяжелый арбуз)*
- 3. отбор самых интересных вариантов из исполненных детьми, разучивание всей группой и совместное исполнение.*

Приложение №6

Диагностическая методика

Диагностика обучающихся проходит с использованием диагностической методики «**Развития гибкости**» (Гвоздева К.И.). Данная методика направлена на выявление уровня развития гибкости у детей старшего школьного возраста и рассчитана на выявление нескольких параметров гибкости – Подвижность: в плечевом суставе, позвоночного столба, в тазобедренном суставе, в голеностопном суставе, в коленном суставе. Из всего перечисленного для нас актуальным является показатель гибкости – подвижность позвоночного столба. Замерялась она в двух направлениях – способности перегиба из стороны в сторону и назад.

Описание методики: На каждом занятии, в ходе освоения модуля проводится разминка с несколькими упражнениями из классического экзерсиса и упражнений из ритмики, направленные на развитие гибкости позвоночного столба.

Диагностика проводится в три этапа:

На первом этапе проводится входной контроль для получения информации об актуальном уровне развития гибкости обучающихся.

На втором этапе проводится промежуточный контроль, который покажет результаты освоения программы на середине ее реализации.

На третьем этапе проводится итоговый контроль для проверки результатов апробации модуля программы и получения информации об изменении уровня развития гибкости обучающихся.

Таким образом, методика «Развития гибкости» (Гвоздева К.И.) позволяет определить меняется ли уровень развития гибкости позвоночного столба обучающихся.

Календарно- тематическое планирование
1 год обучение

	Тема	Кол-во часов	Дата
	Вводное занятие, техника безопасности. Знакомство с направлениями и историей возникновения современного, классического и эстрадного танцев;	2	
	Вводное занятие, диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Знакомство с направлениями и историей возникновения современного, классического и эстрадного танцев;	2	
	Изучения основных позиций рук и ног.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы классического танца: battement releve, demi plie, grand plie	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение упражнений на растяжку: качеля, прогиб, шпагат.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Элементы современного танца, просмотр видео с танцами в данной технике.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Партерный экзерсис, разминка-стрейчинг.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Партерный экзерсис, упражнения: «бабочка», «березка», «озеро».	2	

	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы современного танца, отработка изученных комбинаций.	2	
	Работа над постановкой	2	
	Изучения основных позиций рук и ног.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик».	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Элементы классического танца, изучения упражнений у станка.	2	
	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Развитие художественно-творческих способностей.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем «Колючки».	2	
	Элементы классического танца, закрепления упражнений у станка.	2	
	Развитие художественно-творческих способностей.	2	
	Элементы классического танца, отработка классических движений.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем, подготовка к выступлению.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение наклонов вперед между ног, с прогибом спины, прогибы назад, упражнение «мельница». упражнения на развитие гибкости: мостик, колечко.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Репетиционная деятельность, работа над постановкой	2	
	Партерный экзерсис, изучение упражнения «сели-выросли», растяжка с выпадом ноги вперед. Кросс.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Контрольные и итоговые занятия.	2	
	Работа над постановкой и подготовка к выступлению.	2	
	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Элементы современного танца.	2	

	Этюдная работа.	2	
	Элементы современного танца, перекаты, поддержки.	2	
	Элементы классического танца.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Постановочно-репетиционная работа над танцем	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Репетиционная работа над танцами, подготовка к выступлению.	2	
	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы современного танца, движения на пластику.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность над танцем		
	Партерный экзерсис, упражнения для улучшения выворотности ног: лягушка, лягушка на животе. Упражнение: стойка на лопатках. Махи ногами.	2	
	Работа над постановкой	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность над танцем	2	
	Репетиционная деятельность танцев	2	
	Этюдная работа.	2	
	Элементы современного танца, составление танцевальных композиций.	2	
	Постановочная работа над танцем	2	
	Репетиционная деятельность танца	2	
	Репетиционная деятельность танца	2	
	Постановочная работа над танцем	2	
	Элементы современного танца, основы свинговой техники.	2	
	Постановочная работа над танцем	2	
	Репетиционная деятельность	2	
	Репетиционная деятельность	2	
	Концерт	2	

Календарно- тематическое планирование
2 год обучение

	Тема	Кол-во часов	Дата
	Вводное занятие, техника безопасности. Беседа о развитии и тенденциях современного, классического и эстрадного танцев в современном мире;	2	
	Вводное занятие, диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Беседа о развитии и тенденциях современного, классического и эстрадного танцев в современном мире;	2	
	Изучение и повторение основных и сложных позиций рук и ног.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Разучивание и повторение танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы классического танца: battement releve, demi plie, grand plie .повторение. Изучение новых классических элементов по содержанию программы. Тренинг.	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение упражнений на растяжку: качеля, прогиб, шпагат.усложнение элементов.	2	
	Элементы эстрадного танца. Введение новой лексики.	2	
	Элементы современного танца, просмотр видео с танцами в данной технике.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Партерный экзерсис, разминка-стрейчинг.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	

	Партерный экзерсис, упражнения: «бабочка», «березка», «озеро».	2	
	Разучивание и тренировка танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы современного танца, отработка изученных комбинаций.	2	
	Работа над постановкой	2	
	Изучения основных позиций рук и ног.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик».	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Элементы классического танца, изучения упражнений у станка.	2	
	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Развитие художественно-творческих способностей.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем «Колючки».	2	
	Элементы классического танца, закрепления упражнений у станка.	2	
	Развитие художественно-творческих способностей.	2	
	Элементы классического танца, отработка классических движений.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем, подготовка к выступлению.	2	
	Партерный экзерсис, выполнение наклонов вперед между ног, с прогибом спины, прогибы назад, упражнение «мельница». упражнения на развитие гибкости: мостик, колечко.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Танцевальная импровизация.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Репетиционная деятельность, работа над постановкой	2	
	Партерный экзерсис, изучение упражнения «сели-выросли», растяжка с выпадом ноги вперед. Кросс.	2	
	Общефизическая подготовка.	2	
	Контрольные и итоговые занятия.	2	
	Работа над постановкой и подготовка к выступлению.	2	

	Формирование правильной осанки, свободы и плавности движений.	2	
	Элементы современного танца.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Элементы современного танца, перекаты, поддержки.	2	
	Элементы классического танца.	2	
	Этюдная работа.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Постановочно-репетиционная работа над танцем	2	
	Элементы эстрадного танца.	2	
	Репетиционная работа над танцами, подготовка к выступлению.	2	
	Разучивание танцевальных шагов, подскоков, прыжков.	2	
	Элементы современного танца, движения на пластику.	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность, работа над танцем	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность над танцем		
	Партерный экзерсис, упражнения для улучшения выворотности ног: лягушка, лягушка на животе. Упражнение: стойка на лопатках.Махи ногами.	2	
	Работа над постановкой	2	
	Постановочно-репетиционная деятельность над танцем	2	
	Репетиционная деятельность танцев	2	
	Этюдная работа.	2	
	Элементы современного танца, составление танцевальных композиций.	2	
	Постановочная работа над танцем	2	
	Репетиционная деятельность танца	2	
	Репетиционная деятельность танца	2	
	Постановочная работа над танцем	2	
	Элементы современного танца, основы свинговой техники.	2	
	Постановочная работа над танцем	2	

	Репетиционная деятельность	2	
	Репетиционная деятельность	2	
	Концерт	2	
	итого	144	

Приложение № 7



Карта прохождения образовательного маршрута
2022 – 2023 учебный год
по дополнительной общеобразовательной программе

ПДО _____

Группа _____

Результат: Высокий (В); Хороший (Х); Удовлетворительный (У);
Неудовлетворительный (Н)

№	ФИ обучающегося	Вид аттестации	Критерии / результат			
			Демонстрирует развитые речевые навыки	Умеет коммуницировать и работать в творческом коллективе	Уверенно держится на сцене, хорошо играть роль	Знает методы написания реприз, сценок
1		входной				
		промежуточный				
		итоговый				
2		входной				
		промежуточный				
		итоговый				
3		входной				
		промежуточный				
		итоговый				
4		входной				
		промежуточный				
		итоговый				
5		входной				
		промежуточный				
		итоговый				

6	входной
	промежуточный
	итоговый
7	входной
	промежуточный
	итоговый
8	входной
	промежуточный
	итоговый
9	входной
	промежуточный
	итоговый
10	входной
	промежуточный
	итоговый
11	входной
	промежуточный
	итоговый
12	входной
	промежуточный
	итоговый
13	входной
	промежуточный
	итоговый
14	входной
	промежуточный
	итоговый
15	входной
	промежуточный
	итоговый

Средний результат по группе

Подпись педагога



ДЕТСКИЙ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ЦЕНТР №1

Анализ прохождения образовательного маршрута
2022 – 2023 учебный год
по дополнительной общеобразовательной программе

ПДО _____

Группа _____

Ожидаемый образовательный результат:

Анализ входной диагностики средний результат по группе

Критерии	Демонстрирует	Умеет коммуницировать и работать в творческом коллективе	Уверенно держится на сцене, хорошо играет роль	Знает методы написания реприз, сценок	Делает самоанализ выступления
Оценка	развитые речевые навыки				
высокий результат (%)					
хороший результат (%)					
удовлетворительный (%)					
Неудовлетворительный (%)					

Анализ результата:

Рекомендации:

Анализ промежуточной аттестации средний результат по группе

Критерии	Демонстрирует развитые речевые навыки	Умеет коммуницировать и работать в творческом коллективе	Уверенно держит себя на сцене, хорошо играть роль	Знает методы написания реприз, сценок и пр.	Делает самоанализ выступлений
Оценка					
высокий результат (%)					
хороший результат (%)					
удовлетворительный (%)					
Неудовлетворительный (%)					

Анализ результата:

Рекомендации:

Анализ итоговой аттестации

средний результат по группе

Критерии	Демонстрирует развитые речевые навыки	Умеет коммуницировать и работать в творческом коллективе		Уверенно держит сцену, хорошо играть роль	Знает методы написания реприз, сценок и пр.	Делает самоанализ выступления
		Умеет коммуницировать и работать в творческом коллективе	Уверенно держит сцену, хорошо играть роль			
Оценка						
высокий результат (%)						
хороший результат (%)						
удовлетворительный (%)						
Неудовлетворительный (%)						

Анализ результата:

Рекомендации:

% качества обучения

$$\% \text{ качества обучения} = \frac{\text{Количество с высоким уровнем} + \text{Количество с хорошим уровнем}}{\text{Количество обучающихся в группе}} * 100$$

Вид аттестации	Количество обучающихся в группе	Количество с высоким уровнем	Количество с хорошим уровнем	Количество с удовлетворительным уровнем
промежуточный				

ИТОГОВЫЙ

Вывод:

Подпись педагога: