

Министерство образования и науки Тамбовской области

Тамбовское областное государственное бюджетное  
образовательное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению  
Экспертно-методическим советом  
ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества  
детей и юношества»  
Протокол от 28.08.2023 № 2



«Утверждаю»

директор ТОГБОУ ДО

«Центр развития творчества  
детей и юношества»

И.А. Долгий

Приказ от 28.08.2023 № 299

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности**

**«Современные эстрадные танцы»**

Возраст учащихся: 7-14 лет

Срок реализации: 5 лет

**Автор-составитель:**

Юмашева Екатерина Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Тамбов, 2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ТАМБОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА", Долгий Иван  
Анатольевич, Директор

06.02.24 13:25  
(MSK)

Сертификат 7ADF0091CB1E53E4DDF06B4C639F2594

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные эстрадные танцы»
<b>3. Сведения об авторах:</b>	
3.1. Ф.И.О., должность	Юмашева Екатерина Геннадьевна, педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе:</b>	
4.1. Нормативная база:	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Указ Президента РФ от 09.11.2022 N 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;</p> <p>Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;</p> <p>Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>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», 2015г.);</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 - 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);</p> <p>Устав ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»</p>
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Художественная
4.4. Уровень освоения программы	Ознакомительный, базовый, продвинутый
4.5. Тип программы	Общеобразовательная
4.6. Вид программы	Общеразвивающая
4.7. Образовательная область	Хореография
4.8. Форма обучения	Очная
4.7. Возраст учащихся по программе	7-14 лет
4.8. Продолжительность обучения	5 лет

## **Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа «Современные эстрадные танцы» имеет художественную направленность. Ориентирована на детей и подростков от 7 до 14 лет. Структура программы объединена единой целью — развитие творческого потенциала личности и способностей учащихся, приобщение их к миру танцевального искусства. Танец несёт в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания детей.

Необходимо отметить, что данная программа направлена не только на развитие физических данных (гибкость, растяжка, прыжок, координация, выворотность и т.д.), необходимых в хореографии, но и развивает коммуникативные и межличностные компетенции (Soft Skills), духовно-волевые качества учащихся, а также хореографические способности и артистизм детей.

Главной целью творческого объединения является развитие детей в соответствии с их склонностями, интересами и возможностями, что достигается посредством лично-ориентированного подхода и разработки индивидуальных образовательных маршрутов для детей особой категории: одарённые, дети с ограниченными возможностями здоровья, с инвалидностью.

#### **Актуальность программы**

Одной из актуальных проблем современности является развитие творческих способностей детей и подростков, а также развитие необходимых компетенций у детей, которые впоследствии помогут стать им успешными в жизни, реализовать свой творческий потенциал.

Хореографическое творчество – одно из средств всестороннего развития подрастающего поколения. Продуктивность художественного воспитания детей средствами хореографии обусловлена синтезирующим свойством этого вида искусства, который объединяет в себе музыку, ритмику, театр и пластику движений.

В хореографии заложены многие формы художественного воспитания детей. Именно хореографическое искусство успешнее всего реализует развитие зрительных, слуховых и двигательных форм чувственного и эмоционального восприятия мира, снимает умственное утомление и даёт дополнительный импульс для мыслительной деятельности.

Также актуальность программы «Современные эстрадные танцы» обусловлена возрастающей потребностью общества в развитии творческих

способностей и социально-значимых компетенций детей и подростков, в приобщении подрастающего поколения к здоровому образу жизни, общечеловеческим ценностям.

Детская хореография – система мероприятий, направленная на развитие интеллектуального, физического, музыкально-ритмического, духовного, творческого потенциала воспитанников, на привитие навыков здорового образа жизни, поддержание нравственно-волевых качеств личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа также способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и психическому развитию, социальной адаптации.

**Новизна данной программы заключается в том, что она обеспечивает всем категориям учащихся равный доступ к освоению программы.**

В процессе реализации программы «Современные эстрадные танцы» используются технологии работы с каждым из её участников, которые позволяют осваивать содержание программы разным категориям учащихся (с ограниченными возможностями здоровья, детям-инвалидам (в рамках инклюзивного образования), а также одарённым и высокомотивированным учащимся.

Уровневый подход, заложенный в программе, реализует право каждого ребенка на овладение компетенциями, знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объеме и сложности с учетом уровня общего развития, способностей и мотивации детей.

В рамках реализации уровневой программы «Современные направления танца» осуществляются параллельные процессы освоения ее содержания на разных уровнях сложности.

Данный подход имеет свои преимущества:

повышается активность и работоспособность учащихся, их мотивация к обучению;

улучшается качество знаний;

для учащихся открываются широкие возможности для самореализации, самопознания и саморазвития.

**Отличительными особенностями программы от уже существующих в данной области являются:**

организация в рамках программы образовательного процесса для различных категорий детей;

возможность работы в различных режимах, по индивидуальному образовательному маршруту, траектории;

модульная организация учебного процесса;  
наличие средств и разнообразие методов диагностики индивидуальных особенностей и достижений учащегося.

***Программа содержит следующие признаки:***

содержание каждого из последующих уровней дополняет/усложняет содержание предыдущего уровня;

программа предусматривает методику определения личностного уровня развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы «Современные эстрадные танцы»;

программа содержит фонд оценочных средств, дифференцированных по принципу уровневой сложности

***Педагогическая целесообразность программы***

Технология уровневого обучения предполагает создание педагогических условий для включения каждого учащегося в деятельность, соответствующую зоне его ближайшего развития.

Уровневое обучение предоставляет каждому учащемуся организовать свое обучение таким образом, чтобы максимально использовать свои возможности, прежде всего, учебные; уровневая дифференциация позволяет акцентировать внимание педагога на работе с различными категориями детей.

Программа предусматривает три уровня освоения:

***Стартовый (ознакомительный) уровень*** предполагает:

обеспечение учащихся общедоступными и универсальными формами организации учебного материала;

помогает приобрести первоначальные знания в области хореографии;

предполагает минимальную сложность предлагаемых заданий, которые выполняются по показу.

***Базовый уровень*** предполагает:

углубленное изучение теоретических основ в рамках освоения искусства хореографии, в том числе и современных направлений танца;

применение полученных знаний на практике;

создание у учащихся своего неповторимого стиля исполнения;

участие детей в различных творческих конкурсах регионального уровня.

***Продвинутый уровень*** предполагает:

сотворчество педагога и учащихся на основе индивидуальных образовательных маршрутов;

раскрытие творческих способностей учащихся посредством создания оригинальных хореографических этюдов;

формирование потребности к самообразованию и самостоятельному проектированию танцевальных этюдов;  
профессиональная ориентация учащихся;  
участие детей в различных творческих конкурсах всероссийского и международного уровней.

### **Адресат программы**

Программа «Современные эстрадные танцы» предназначена для детей 7-14 лет. Состав группы может быть разновозрастной, это обусловлено тем, что программа имеет уровневый способ освоения материала. По данной программе могут заниматься дети с ОВЗ при наличии заключения ПМПК с рекомендациями по организации обучения ребенка. Для ребенка с ОВЗ разрабатывается адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.

### ***Возрастная характеристика детей***

#### *Младший школьный возраст*

Младший школьный возраст является благоприятным для развития многих физических способностей. Именно в этом возрасте дети способны к длительному выполнению циклических упражнений умеренной и большой мощности, но в результате высокой подвижности нервной системы преобладают эмоциональные порывы, поэтому не следует увлекаться большими нагрузками и однотипностью упражнений. Выполняемые упражнения в этот период должны быть разнообразны и строиться от простого к сложному, через игру и развитие естественных форм движений.

Для ребенка характерно овладение частыми движениями с последующим их объединением в целостное движение, поэтому нельзя применять раздельное обучение движению. Силовые возможности в 7–11 лет у мальчиков и у девочек одинаковые, они обладают сравнительно низкими показателями мышечной системы. Силовые и особенно изометрические (статические) упражнения вызывают у детей быстрое утомление. В этом периоде дети приспособлены к кратковременным скоростно-силовым упражнениям динамического характера.

Младший школьный возраст — хороший период для формирования черт личности. В игре ребенок растет и развивается, у него появляется время для творчества и общения в коллективе, идет бурный всплеск эмоций, создается возможность применить полученные навыки и умения на практике, происходит направленная реализация природных ресурсов.

В возрасте 7—8 лет двигательные координации характеризуются неустойчивостью скоростных параметров и ритмичности.

#### *Средний школьный возраст*

В период от 11 до 13—14 лет увеличивается точность дифференцировки мышечных усилий, улучшается способность к воспроизведению заданного темпа движений.

Подростки 13—14 лет отличаются высокой способностью к усвоению сложных двигательных координаций, что обусловлено завершением формирования функциональной сенсомоторной системы, достижением максимального уровня во взаимодействии всех анализаторных систем и завершением формирования основных механизмов произвольных движений.

### **Условия набора учащихся**

Для обучения в объединении принимаются все желающие, независимо от уровня первоначальных знаний. В начале учебного года на основе трехуровневого тестирования все учащиеся распределяются на группы по уровню освоения программы.

В танцевальный коллектив принимаются физически здоровые дети, интересующиеся хореографическим искусством и желающие познакомиться с современными танцевальными направлениями.

При приеме в объединение родители учащихся предоставляют справку от врача о том, что ребёнок здоров и может посещать занятия с повышенной физической нагрузкой.

**Состав группы:** постоянный.

Нормы наполнения групп – 10-16 человек.

**Объем и срок освоения программы:** 5 лет обучения – 1008 часов.

**Ознакомительный уровень** – 144 часа.

**Базовый уровень** – 648 часов.

**Продвинутый уровень** – 216 часов.

### **Формы и режим занятий**

*Ознакомительный уровень:* занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, перерыв между занятиями – 10 минут. Длительность занятия – 45 минут.

*Базовый и продвинутый уровни:* занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, перерыв между занятиями – 10 минут. Длительность занятия – 45 минут. Или 2 раза в неделю по 3 академических часа, перерыв между занятиями – 10 минут. Длительность занятия – 45 минут.

*Формы организации деятельности учащихся на занятии:* групповая, мелкогрупповая, индивидуальная. Индивидуальные формы работы организуются в ходе подготовки учащихся к творческим конкурсам и фестивалям, а также для обучения детей с особыми образовательными потребностями.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся средствами хореографии.

## 1.3. Содержание программы

### *Первый год обучения*

*(ознакомительный уровень)*

**Цель:** выявление и развитие хореографических способностей учащихся, развитие мотивации к дальнейшему освоению хореографического искусства.

#### **Задачи:**

*обучающие:*

дать представление о строении тела и мышц;

познакомить с основными понятиями: музыка, темп, такт;

научить детей двигаться под музыку, ориентируясь на ее темп и ритм, соблюдая ее темп и ритм;

научить выполнять различные виды перестроений (в круг, колонну);

учить ориентироваться в пространстве;

учить передавать содержание музыки в движении (работа на образ);

сформировать правильное положение корсетных мышц, положения ног, стоп;

укреплять костно-мышечный аппарат;

обучить навыкам регуляции мышечного тонуса;

учить правильно дышать при выполнении двигательных упражнений;

познакомить с основными упражнениями партерного экзерсиса.

*Развивающие:*

развивать эстетический вкус;

развивать пластичность тела, чувство ритма;

развивать координацию тела, ориентировку в пространстве;

развивать силу и выворотность ног, правильную постановку тела;

развивать дыхание, моторные функции, слуховое восприятие, зрительное внимание, память;

развивать чувство ритма, темпа, способность восприятия музыкальных образов и умение ритмично, выразительно двигаться в соответствии с данным образом;

формировать компетенции командного взаимодействия, развивать личностные качества: ответственность за выполненную работу, чувство коллективизма, развивать лидерские качества;

совершенствовать физические способности, укрепление здоровья;



формировать предметные знания, навыки и компетенции в области хореографии и концертно-исполнительской деятельности;

развивать художественный вкус, формировать сценическую и общую культуру учащихся.

*воспитательные:*

формировать устойчивый интерес к дополнительным занятиям;

сформировать внешний облик будущего танцора;

способствовать формированию адекватной самооценки;

воспитывать стремление ребёнка к творческой самореализации и самосовершенствованию;

сохранять и укреплять физическое здоровье, эмоциональное благополучие детей.

### Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Начальный контроль
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	32	4	28	Тематический контроль
2.	Партерная гимнастика	42	4	38	Тематический контроль
3.	Танцевальные элементы	14	4	10	Тематический контроль
4.	Игры. Импровизация	7	1	6	
5.	Постановочно-репетиционная работа	19	4	15	
6.	Элементы акробатики	15	3	12	Тематический контроль
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	12	2	10	Тематический контроль
	Итоговое занятие	2		2	Промежуточная диагностика
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>23</b>	<b>121</b>	

## Содержание учебного плана

### **Вводное занятие**

*Теория* – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы первого года обучения.

*Практика* – начальная диагностика.

Проверка хореографических данных учащихся, навыков и способностей.

### **Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация**

*Теория* – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений.

*Практика* – выполнения комплекса упражнений:

*Упражнения для головы:*

1. Наклоны головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
2. Наклоны головы с фиксацией вперёд, прямо и назад;
3. Повороты головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
4. Круговые движения.

*Упражнения для плеч:*

1. Одновременное поднятие плеч с акцентом вверх и вниз;
2. Twist плеч – резкая смена направлений движения, одно плечо вперёд, другое назад, или одно вниз, другое вверх;
3. Шейк плеч – потряхивающее движение расслабленным плечевым поясом;
4. Шейк по кругу.

*Упражнения для рук:*

1. Положение рук на поясе, впереди, в стороне на уровне плеч, вверху, перевод из положения в положение;
2. Сгибание в локтевом суставе со стороны до плеча и обратно в сторону;
3. Круговые движения от локтя к себе от себя;
4. «Моторчик».
5. Изучение позиций рук – 1, 2, 3.

*Упражнения для корпуса:*

1. Повороты корпуса;
2. Наклоны вперёд, в сторону;
3. Круговые движения корпусом

*Упражнения для ног:*

1. Приседание (plie) по 6-ой позиции;
2. Подъём на полупальцы (releve);
3. Сочетание plie and releve;
4. Тройное переступание, на счёт «три» нога задерживается впереди согнутой в колене;
5. Шаг с приставкой.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

*Теория* – Элементы классического тренажа: Battement tendu, Battement tendu jete, Rond, Grand battement.

*Практика* – выполнение комплекса упражнений:

1. Сокращение и вытягивание стоп по 6-ой и 1-ой позиции (вместе, поочередно), круговые движения стопами;
  2. Battement tendu в сторону, вперёд;
  3. Battement tendu jete вперёд;
  4. Rond ногой вперёд до стороны и обратно в исходное положение;
  5. «Лягушка» (сидя, лёжа на животе и на спине);
  6. «Лотос» - сидя, лёжа на животе с поднятием и опусканием ног в позе лотоса, стойка на лопатках;
  7. «Уголок» по направлению ecartement в восьмую и вторую точку танцевального класса;
  8. «Кошечка» с совмещением с «коробочкой», и с подготовкой к «мостику»;
  9. «Мостик» (с поочередным поднятием ноги);
  10. «Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника);
  11. «Складочка» с закидыванием ног (для разгрузки) за себя и с выходом в положение «берёзка»;
  12. Grand battement по направлению вперёд и в сторону;
- Упражнения: «Лягушка», «Лотос», «Уголок», «Кошечка», «Мостик», «Ёжик», «Складочка».
13. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.

## **Раздел 3. Танцевальные элементы**

*Теория* – названия танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения.

*Практика* – выполнение танцевальных упражнений: «Галоп по кругу», «Шаг польки», «Моторчик» с шагом приставкой и в конце хлопок, «Танец маленьких утят».

### *Упражнения:*

1. Пространственная ориентация: местоположение в классе «Найди свое место»;
2. Постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон – приветствие;
3. Строеие музыкального произведения (вступление, части);
4. Самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать с окончанием музыкальной фразы (начало и окончание движения вместе с музыкой);
5. Различать музыку по характеру (тихо, умеренно, громко), сравнивая их с образами; по темпу (медленный, быстрый);
6. Упражнения на координацию (хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка 2/4, 3/4, 4/4, акцентируя разные доли такта);
7. Сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
8. Знакомство с танцевальными рисунками (линия, колонна, круг, диагональ, «звездочка», «воротца» и т.д.);
9. Упражнения на ориентацию в пространстве («марш перестроение» по танцевальным рисункам);
10. Академический шаг с носка;
11. Шаг на полупальцах (усложненный вариант с координацией рук);
12. «Марш» с натянутой стопой: чётко ходить под музыку;
13. Приставной шаг;
14. Подскоки;
15. Вращение на месте («держим точку»);
16. Полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
17. Вращение с «вскок» на полупальцы и поворот.

## **Раздел 4. Игры**

*Теория* – названия игр, правила игры, взаимодействие участников друг с другом.

*Практика* - развивающие игры, содержащие танцевальные элементы: «Жуки»; «Ручеёк»; «Тапочки»; «Художник»; «Змейка». Игры-потешки «Лесная зверобика», «На бабушкином дворе» и т.д.

## **Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа**

*Практика* - работа над техникой исполнения, стилем, синхронностью, рисунком танца.

## Раздел 6. Элементы акробатики

*Теория* – исходные положения при выполнении акробатических элементов.

*Практика* – разучивание новых акробатических элементов.

**Стойка на лопатках** — сохранение вертикального положения тела ногами вверх с опорой на лопатки.

**Уголок** — упор на руки согнувшись с горизонтальным положением ног.

**Складка** — наклон туловища к ногам. Ноги врозь/вместе, сидя/стоя.

**Шпагат** — сед с предельно разведёнными ногами. Поперечный/продольный.

**Мостик** — дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре. На локтях/на коленях.

**Закладка (нога за голову)** — заложение одной ноги за голову.

**Узел** — заложение двух ног за голову.

**Боген** — максимальный прогиб в спине.

**Лотос** — заведенные на противоположные бедра голени.

**Корзиночка (Лук)** — прогиб в спине в положении лежа на животе путем подтягивания руками ног.

**Бутон** — корзиночка с хватом ног руками сверху.

**Коробочка** — боген лежа на животе с согнутыми ногами, поставленными голенистопами возле головы.

**Перекат** — вращательное движение тела с последовательным касанием опоры.

**Кувырок** — вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову.

**Колесико** — вращательное движение тела с полным переворачиванием в сторону с постепенной постановкой рук и ног.

## Раздел 7. Cross (передвижение). Ориентация в пространстве

*Теория* – правила выполнения новых элементов. Положения рук и ног.

*Практика* – освоение новых элементов.

*Выполнение по диагонали:*

1. шаг на полупальцах в координации с работой рук;
2. шаг с носка;
3. шаг *jete* с подниманием ноги на воздух;
4. комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);
5. трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении;

6. вращение Pas shene по II параллельной позиции;
7. различные танцевальные ходы, шаги и проходки.

### **Итоговое занятие**

*Практика* – выполнение тестовых и творческих заданий.

### **Планируемые результаты обучения**

**К концу первого года обучения (ознакомительный уровень) учащиеся:**

#### **Предметные результаты**

*познакомятся с:*

правилами по технике безопасности на занятиях по хореографии;

танцевальной терминологией;

музыкальным материалом;

ориентацией в пространстве;

названиями изученных упражнений, танцевальных элементов и правилами их выполнения;

названиями музыкальных подвижных игр и их правилами.

*учащиеся научатся:*

создавать, выявлять и воспринимать ритм;

самостоятельно выполнять изученные танцевальные элементы;

различать музыкальные размеры, темп и характер музыки; воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;

соотносить пространственные перестроения с музыкой;

взаимодействовать друг с другом в игре.

#### **Метапредметные**

*у учащихся:*

расширится кругозор;

*будут сформированы:*

умение слушать и слышать педагога, координировать свои движения;

умение владеть правильной постановкой корпуса у станка и на середине зала.

умение исполнять несложные танцевальные комбинации (галоп, подскок, шаг с поворотом);

умение различать музыкальные размеры, темп и характер музыки;

умение воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;

умение соотносить пространственные перестроения с музыкой;

умение распределять работу в команде, умение выслушать друг друга.

## Личностные

у учащихся формируются личностные качества:

дисциплинированность, основные моральные нормы, способность к оценке своих поступков и действий других учащихся с точки зрения соблюдения/нарушения моральных норм поведения.

## Методические условия реализации программы

№ п/п	Название раздела	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
	Вводное занятие	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Начальная диагностика
1	Упражнения на середине зала. Изоляция и координация	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
2	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
3	Танцевальные элементы	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
4	Игры. Импровизация	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
5	Постановочно-репетиционная работа	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
6	Элементы	Занятие-	Словесный,	Музыкальный	Тематический

	акробатики	практикум	наглядный, практический	центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	контроль
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная диагностика

### ***Второй год обучения*** *(базовый уровень)*

**Цель:** дальнейшее развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

*образовательные:*

совершенствовать навыки постановки корпуса, рук, ног, головы;

наработка технических навыков в упражнениях;

развитие силы и выносливости;

развитие эмоционально-чувственной сферы;

освоение прыжков и акробатических элементов;

освоение специфики построения танцевальных номеров (законы драматургии и средства выразительности в хореографии).

*развивающие:*

развивать подвижность в позвоночнике;

способствовать развитию памяти, мышления, воображения, концентрации внимания;

развивать устойчивость, работать над выразительностью;

развивать танцевальную координацию.

*воспитательные:*

прививать учащимся аккуратность и точность при исполнении движений;



воспитывать внимание, уважение к людям, культуру поведения и общения в коллективе.

### Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	25	2	23	
2.	Партерная гимнастика	28	2	26	Тематический контроль
3.	Танцевальные элементы	35	7	23	Тематический контроль
4.	Тренаж классического танца	35	7	28	Тематический контроль
5.	Игры. Импровизация	24	3	21	
6.	Постановочно-репетиционная работа Изучение танцевальных номеров	30	5	25	
7.	Элементы акробатики	20	4	16	Тематический контроль
8.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	15	3	12	
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт.
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>34</b>	<b>182</b>	

## Содержание учебного плана

### Вводное занятие

*Теория* – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы второго года обучения.

*Практика* – диагностика уровня сохранности материала, пройденного на первом этапе обучения.

### Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация

*Теория* – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений.

*Практика* – выполнения комплекса упражнений:

*Упражнения для головы:*

1. Наклоны головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
2. Наклоны головы с фиксацией вперёд, прямо и назад;
3. Повороты головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
4. Круговые движения.

*Упражнения для плеч:*

1. Одновременное поднятие плеч с акцентом вверх и вниз;
2. Twist плеч – резкая смена направлений движения, одно плечо вперёд, другое назад, или одно вниз, другое вверх;
3. Шейк плеч – потряхивающее движение расслабленным плечевым поясом;
4. Шейк по кругу.

*Упражнения для рук:*

И.П. – ноги параллельно, руки согнуты в локтях;

1. Сократить запястье (flex), поднять ладонь вверх;
2. Опустить ладонь вниз;
3. Положение рук на поясе, впереди, в стороне на уровне плеч, вверху, перевод из положения в положение;
4. Стибание в локтевом суставе со стороны до плеча и обратно в сторону;
5. Круговые движения от локтя к себе от себя;
6. «Моторчик»;
7. Изучение позиций рук – 1, 2, 3.

*Упражнения для корпуса:*

1. Повороты корпуса;
2. Наклоны вперёд, в сторону;

### 3.Круговые движения корпусом.

*Упражнения для ног:*

1. Приседание (plie) по 6-ой позиции;
2. Подъём на полупальцы (releve);
3. Сочетание plie and releve;
4. Тройное переступание, на счёт «три» нога задерживается впереди согнутой в колене;
5. Шаг с приставкой.

*Прыжки*

*Теория* – техника выполнения новых видов прыжков.

*Практика* - освоение техники исполнения новых видов прыжков.

1. По 6 – ой позиции на двух ногах;
2. По 6 – ой позиции с поджатыми ногами.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

*Теория* – техника выполнения новых упражнений партерной гимнастики.

*Практика* – выполнение комплекса упражнений, элементы классического тренажа: Battement tendu, Battement tendu jete, Rond, Grand battement.

1. Сокращение и вытягивание стоп по 6-ой и 1-ой позиции (вместе, поочерёдно), круговые движения стопами;
2. Battement tendu в сторону, вперёд;
3. Battement tendu jete вперёд;
4. Rond ногой вперёд до стороны и обратно в исходное положение;
5. «Лягушка» (сидя, лёжа на животе и на спине);
6. «Лотос» - сидя, лёжа на животе с поднятием и опусканием ног в позе лотоса, стойка на лопатках;
7. «Уголок» по направлению epaulement в восьмую и вторую точку танцевального класса;
8. «Кошечка» с совмещением с «коробочкой», и с подготовкой к «мостику»;
9. «Мостик» (с поочерёдным поднятием ноги);
10. «Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника);
11. «Складочка» с закидыванием ног (для разгрузки) за себя и с выходом в положение «берёзка»;
12. Grand battement по направлению вперёд и в сторону;

Упражнения: «Лягушка», «Лотос», «Уголок», «Кошечка», «Мостик», «Ёжик», «Складочка».

### 13. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.

## Раздел 3. Танцевальные элементы

*Теория* – названия новых танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения.

*Практика* – выполнение танцевальных упражнений: «Галоп по кругу», «Шаг польки», «Моторчик» с шагом приставкой и в конце хлопок, «Танец маленьких утят».

*Упражнения:*

1. Пространственная ориентация: местоположение в классе «Найди свое место»;
2. Постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон – приветствие;
3. Строеие музыкального произведения (вступление, части);
4. Самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать с окончанием музыкальной фразы (начало и окончание движения вместе с музыкой), различать музыку по характеру /тихо, умеренно, громко/, сравнивая их с образами; темп (медленный, быстрый);
5. Упражнения на координацию (хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка 2/4, 3/4, 4/4, акцентируя разные доли такта);
6. Сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
7. Знакомство с танцевальными рисунками (линия, колонна, круг, диагональ, «звездочка», «воротца» и т.д);
8. Упражнений на ориентацию в пространстве («марш перестроение» по танцевальным рисункам);
9. Академический шаг с носка;
10. Шаг на полупальцах (усложненный вариант с координацией рук);
11. «Марш» с натянутой стопой: чётко ходить под музыку;
12. Приставной шаг;
13. Подскоки;
14. Вращение на месте («держим точку»);
15. Полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
16. Вращение с «вскок» на полупальцы и поворот.

## Раздел 4. Тренаж классического танца

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

1. Постановка корпуса;

2. Позиции ног – I, II, III;
3. Позиции рук – I, II, III, подготовительное положение, port de bras;
4. Releve по VI позиции;
5. Demi plie по I позиции;
6. Allegro: «пружинки»;
7. Трамплинные прыжки (на месте);
8. Temps leve saute по I, II позиции.

*Практика* – выполнение упражнений по диагонали:

1. Шаг на полупальцах в координации с работой рук;
2. Шаг с носка;
3. Шаг jete с подниманием ноги на воздух;
4. Комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);
5. Трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении;
6. Вращение pas shene по II параллельной позиции.

## **Раздел 5. Игры**

*Теория* – названия игр, правила игры, взаимодействие участников друг с другом.

*Практика* - развивающие игры, содержащие танцевальные элементы: «Жуки»; «Ручеёк»; «Тапочки»; «Художник»; «Змейка». Игры-потешки «Лесная зверобика», «На бабушкином дворе» и т.д.

## **Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа**

*Теория* - Применение законов драматургии в постановке номера.

Композиционно-постановочный танец; экспозиция (введение в действие); завязка (начало действия); развитие действия (ряд ступеней перед кульминацией); кульминация (вершина действия); развязка (заключение).

*Практика* - создание хореографического образа, работа над техникой исполнения, стилем, синхронностью, рисунком танца, постановка танцевального номера на основе художественных образов.

## **Раздел 7. Элементы акробатики**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – отработка акробатических элементов:

**Стойка на лопатках** — сохранение вертикального положения тела ногами вверх с опорой на лопатки.

**Уголок** — упор на руки согнувшись с горизонтальным положением ног.

**Складка** — наклон туловища к ногам. Ноги врозь/вместе, сидя/стоя.

**Шпагат** — сед с предельно разведёнными ногами.  
Поперечный/продольный.

**Мостик** — дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре. На локтях/на коленях.

**Закладка (нога за голову)** — заложение одной ноги за голову.

**Узел** — заложение двух ног за голову.

**Боген** — максимальный прогиб в спине.

**Лотос** — заведенные на противоположные бедра голени.

**Корзиночка (Лук)** — прогиб в спине в положении лежа на животе путем подтягивания руками ног.

**Бутон** — корзиночка с хватом ног руками сверху.

**Коробочка** — боген лежа на животе с согнутыми ногами, поставленными голенистопами возле головы.

**Перекат** — вращательное движение тела с последовательным касанием опоры.

**Кувырок** — вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову.

**Колесико** — вращательное движение тела с полным переворачиванием в сторону с постепенной постановкой рук и ног.

## **Раздел 7. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве**

*Теория* – техника исполнения новых элементов.

*Практика:* отработка элементов:

1. Шаг на полупальцах в координации с работой рук;
2. Шаг с носка;
3. Шаг *jete* с подниманием ноги на воздух;
4. Комбинированный бег (поднимание колен вверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);
5. Трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении;
6. Вращение *pas shene* по II параллельной позиции;
7. Различные танцевальные ходы, шаги и проходки.

## **Итоговое занятие**

*Практика* – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

## Планируемые результаты обучения

**К концу второго года обучения учащиеся научатся:**

**Предметные результаты:**

правильно принимать исходные положения перед началом выполнения упражнений;

различать музыкальное вступление и окончание музыкальной фразы;

правильно выполнять прыжки: вытягивать колени и прыгать с вытянутой стопой;

продолжают формировать правильную осанку, апломб;

правильно выполнять изученные на втором году обучения упражнения для рук, ног, головы;

правильно исполнять движения партерной гимнастики;

выполнять прыжки с поворотом на четверть корпуса;

правильно выполнять силовые упражнения и «кач» упражнения;

исполнять танцевальные элементы и использовать их при выполнении творческих заданий;

действовать в соответствии с характером музыкального произведения;

взаимодействовать друг с другом в игре.

*познакомятся с:*

законами драматургии хореографического номера;

выразительными средствами танца;

базовыми элементами hip-hop танца;

движениями изолированных центров;

акробатическими и трюковыми элементами.

*изучат:*

основные позиции рук и ног;

хореографические термины;

названия упражнений, правила их выполнения;

названия танцевальных элементов и технику их исполнения;

прыжки и технику их исполнения;

названия музыкальных подвижных игр и их правила.

**Метапредметные:**

*у учащихся будут сформированы:*

первоначальные танцевальные навыки;

чувство коллективизма;

чувство ритма, умение слушать музыку и отражать в движении характер музыки;

умение видеть красоту движения в танце;

координационные способности;

умение распределять работу в команде, умение выслушать друг друга;  
 навык организации и планирования работы;  
 навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности.

### **Личностные**

*у учащихся сформируются личностные качества:*

уважение, доверие и способность к пониманию и сопереживанию  
 чувствам других людей;

культура движений, которая проявляется в хорошей осанке, легкости и  
 грациозности движений.

### **Методические условия реализации программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Приёмы и методы</b>	<b>Дидактический материал, техническое оснащение</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
	Вводное занятие	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Входной контроль
1	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
2	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
3	Танцевальные элементы	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
4	Тренаж классического танца	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения	Тематический контроль



				упражнений на полу	
5	Игры. Импровизация	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
6	Постановочно-репетиционная работа Изучение танцевальных номеров	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
7.	Элементы акробатики	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт.

### ***Третий год обучения***

*(базовый уровень)*

#### **Задачи:**

*образовательные:*

закрепить пройденный материал;

совершенствовать навыки постановки корпуса, рук, ног, головы;

разучить движения партерной гимнастики с элементами акробатики:

познакомить с акробатическими терминами;

формировать умения отличать музыкальный материал по темпу исполнения;

развивать гибкость корпуса, силу прыжка, пластичность тела, эластичность мышц;

обучить тактике использования площадки;

способствовать развитию четкости исполнения движений.

*развивающие:*

развивать танцевальность;

развивать логическое мышление и творческую эмоциональность;

развивать двигательные способности;

развивать актерское мастерство;

развивать силу и выносливость.

*воспитательные:*

формировать положительные личностные качества;

способствовать формированию адекватной самооценки;

воспитывать лидерские качества.

### Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	32	4	28	Тематический контроль
2.	Партерная гимнастика	40	4	36	Тематический контроль
3.	Танцевальные элементы	23	4	19	Тематический контроль
4.	Тренаж классического танца	38	4	34	Тематический контроль
5.	Игры. Импровизация	4	1	3	
6.	Постановочно-репетиционная работа Изучение танцевальных номеров	48	4	44	
7.	Элементы акробатики	15	3	12	Тематический контроль
8.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в	12	2	10	

	пространстве.				
	Итоговое занятие	2		2	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>23</b>	<b>193</b>	

## Содержание учебного плана

### Вводное занятие

*Теория* – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы третьего года обучения.

*Практика* – диагностика уровня сохранности материала, пройденного на втором этапе обучения.

### Раздел 1. Упражнения на середине зала

*Теория* – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений.

*Практика* – выполнения комплекса упражнений:

*Упражнения для головы:*

1. Наклоны головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
2. Наклоны головы с фиксацией вперёд, прямо и назад;
3. Повороты головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;
4. Круговые движения.

*Упражнения для плеч:*

1. Одновременное поднятие плеч с акцентом вверх и вниз;
2. Twist плеч – резкая смена направлений движения, одно плечо вперёд, другое назад, или одно вниз, другое вверх;
3. Шейк плеч – потряхивающее движение расслабленным плечевым поясом;
4. Шейк по кругу.

*Упражнения для рук:*

И.П. – ноги параллельно, руки согнуты в локтях;

1. Сократить запястье (flex), поднять ладонь вверх;
2. Опустить ладонь вниз;

3. Положение рук на поясе, впереди, в стороне на уровне плеч, вверху, перевод из положения в положение;

4. Сгибание в локтевом суставе со стороны до плеча и обратно в сторону;

5. Круговые движения от локтя к себе от себя;

6. «Моторчик»;

7. Изучение позиций рук – 1, 2, 3.

*Упражнения на координацию движений:*

1. Руки на пояс, к плечам, вверх – обратно.

Координация двух центров:

2. Голова исполняет повороты вправо, влево, одновременно движение грудной клетки вперёд, назад.

3. Квадрат и крест в разделе изоляция.

*Упражнения для корпуса:*

1. Повороты корпуса;

2. Наклоны вперёд, в сторону;

3. Круговые движения корпусом

*Упражнения для ног:*

1. Приседание (plie) по 6-ой позиции;

2. Подъём на полупальцы (releve);

3. Сочетание plie and releve;

4. Тройное переступание, на счёт «три» нога задерживается впереди согнутой в колене;

5. Шаг с приставкой.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

*Теория* – элементы классического тренажа: Battement tendu, Battement tendu jete, Rond, Grand battement. Техника исполнения данных элементов.

*Практика* – выполнение комплекса упражнений:

1. Сокращение и вытягивание стоп по 6-ой и 1-ой позиции (вместе, поочередно), круговые движения стопами;

2. Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот;

3. Battement tendu в сторону, вперёд;

4. Battement tendu jete вперёд;

5. Rond ногой вперёд до стороны и обратно в исходное положение;

6. «Лягушка» (сидя, лёжа на животе и на спине);

7. «Лотос» - сидя, лёжа на животе с поднятием и опусканием ног в позе лотоса, стойка на лопатках;

8. «Уголок» по направлению *epaulement* в восьмую и вторую точку танцевального класса;
9. «Кошечка» с совмещением с «коробочкой», и с подготовкой к «мостику»;
10. «Мостик» (с поочерёдным поднятием ноги);
11. «Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника);
12. «Складочка» с закидыванием ног (для разгрузки) за себя и с выходом в положение «берёзка»;
13. *Grand battement* по направлению вперёд и в сторону;  
Упражнения: «Лягушка», «Лотос», «Уголок», «Кошечка», «Мостик», «Ёжик», «Складочка»;
14. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя;
15. Дыхательная гимнастика с использованием *contraction, release*.

### **Раздел 3. Танцевальные элементы**

*Теория* – названия танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения.

*Практика* – выполнение танцевальных упражнений: «Галоп по кругу», «Шаг польки», «Моторчик» с шагом приставкой и в конце хлопок, «Танец маленьких утят».

*Упражнения:*

1. Пространственная ориентация: местоположение в классе «Найди свое место»;
2. Постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон – приветствие;
3. Строение музыкального произведения (вступление, части);
4. Самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать с окончанием музыкальной фразы (начало и окончание движения вместе с музыкой);
5. Различать музыку по характеру (тихо, умеренно, громко), сравнивая их с образами;
6. Темп (медленный, быстрый);
7. Упражнения на координацию (хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка 2/4, 3/4, 4/4, акцентируя разные доли такта);
8. Сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
9. Знакомство с танцевальными рисунками (линия, колонна, круг, диагональ, «звездочка», «воротца» и т.д);

10. Упражнений на ориентацию в пространстве («марш перестроение» по танцевальным рисункам);
11. Академический шаг с носка;
12. Шаг на полупальцах (усложненный вариант с координацией рук);
13. «Марш» с натянутой стопой: чётко ходить под музыку;
14. Приставной шаг;
15. Подскоки;
16. Вращение на месте («держим точку»);
17. Полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
18. Вращение с «вскок» на полупальцы и поворот.

#### **Раздел 4. Тренаж классического танца**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

1. Постановка корпуса;
2. Позиции ног – I, II, III;
3. Позиции рук – I, II, III, подготовительное положение, port de bras;
4. Releve по VI позиции;
5. Demi plie по I позиции;
6. Allegro: «пружинки»;
7. Трамплинные прыжки (на месте);
8. Temps leve saute по I, II позиции.

*Практика* – отработка техники исполнения новых элементов.

1. Шаг на полупальцах в координации с работой рук;
2. Шаг с носка;
3. Шаг jete с подниманием ноги на воздух;
4. Комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);
5. Трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении;
6. Вращение pas shene по II параллельной позиции.

#### **Раздел 5. Игры**

*Теория* – названия игр, правила игры, взаимодействие участников друг с другом.

*Практика* - развивающие игры, содержащие танцевальные элементы: «Жуки»; «Ручеёк»; «Тапочки»; «Художник»; «Змейка». Игры-потешки «Лесная зверобика», «На бабушкином дворе» и т.д.

*Силовые упражнения:*

1. Пресс на различные группы мышц.

*Комплекс танцевальных элементов:*

1. Прыжки из стороны в сторону (с двух ног на две);
2. Мелкие прыжки «по три» (два по 6-ой, на третий во 2-ю параллельную);
3. Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

## **Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа**

*Теория* - применение законов драматургии в постановке номера.

*Композиционно-постановочный танец:*

экспозиция (введение в действие);

завязка (начало действия);

развитие действия (ряд ступеней перед кульминацией);

кульминация (вершина действия);

развязка (заключение).

*Практика* - создание хореографического образа, работа над техникой исполнения, стилем, синхронностью, рисунком танца, постановка танцевального номера на основе художественных образов.

## **Раздел 7. Элементы акробатики**

*Теория* – техника исполнения новых элементов.

*Практика* – отработка техники исполнения новых элементов.

**Стойка на лопатках** — сохранение вертикального положения тела ногами вверх с опорой на лопатки.

**Уголок** — упор на руки согнувшись с горизонтальным положением ног.

**Складка** — наклон туловища к ногам. Ноги врозь/вместе, сидя/стоя.

**Шпагат** — сед с предельно разведёнными ногами. Поперечный/продольный.

**Мостик** — дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре. На локтях/на коленях.

**Закладка (нога за голову)** — заложение одной ноги за голову.

**Узел** — заложение двух ног за голову.

**Боген** — максимальный прогиб в спине.

**Лотос** — заведенные на противоположные бедра голенистопа.

**Корзиночка (Лук)** — прогиб в спине в положении лежа на животе путем подтягивания руками ног.

**Бутон** — корзиночка с хватом ног руками сверху.

**Коробочка** — боген, лежа на животе с согнутыми ногами, поставленными голенистопами возле головы.

**Перека́т** — вращательное движение тела с последовательным касанием опоры

**Кувыро́к** — вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову

**Колесико** — вращательное движение тела с полным переворачиванием в сторону с постепенной постановкой рук и ног.

## **Раздел 7. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве**

*Теория* – новые виды перестроений: в несколько кругов, шеренгу, колонну.

*Практика* – отработка техники выполнения различных видов перестроений и ранее изученных элементов:

1. Шаг на полупальцах в координации с работой рук;
2. Шаг с носка;
3. Шаг *jete* с подниманием ноги на воздух;
4. Комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);
5. Трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении;
6. Вращение *Pas shene* по II параллельной позиции;
7. Различные танцевальные ходы, шаги и проходки.

## **Итоговое занятие**

*Практика* – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

## **Планируемые результаты обучения**

**К концу третьего года обучения учащиеся:**

**Предметные результаты:**

*Учащиеся познакомятся с:*

приемами пространственного построения танцевальных композиций;  
музыкальной драматургией современной хореографии;  
методикой исполнения движений.

*учащиеся научатся:*

владеть навыками актерского мастерства;  
составлять комбинации и «фигуры» на сценической площадке;  
грамотно использовать танцевальную площадку;  
управлять эмоциональным фоном во время выступления;



использовать практические навыки владения современной хореографией.

**Метапредметные:**

Также по итогам 3 года обучения у учащихся сформируются учебные универсальные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

*Личностные УУД:*

сформированы умения:

оценивать собственную учебную деятельность и свои достижения;

проявлять самостоятельность, инициативу;

проявлять интерес к культуре и истории своего народа, родной страны;

получать опыт самопознания и определения.

*Регулятивные УУД:*

сформированы умения:

целеполагания, способность ставить новые учебные задачи и планировать их реализацию;

выбор эффективных путей и средств для осуществления поставленной цели;

контролировать и оценивать свои действия по результатам работы;

проявлять желание принимать участие в показах мод (дефиле) и других коллективных мероприятиях.

*Познавательные УУД:*

сформированы знания:

разработка эскиза костюма к танцевальному номеру;

систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию.

*Коммуникативные УУД:*

сформированы умения:

сотрудничества с педагогом и сверстниками, умения работать в группе;

ставить и решать многообразные коммуникативные задачи;

действовать с учётом позиции другого и согласовывать свои действия с действиями других членов учебной группы;

устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми.

## Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
	Вводное занятие	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Входной контроль
1	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
2	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
3	Танцевальные элементы	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
4	Тренаж классического танца	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
5	Игры. Импровизация	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
6	Постановочно-репетиционная работа	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки,	

	Изучение танцевальных номеров			коврики для выполнения упражнений на полу	
7.	Элементы акробатики	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт.

***Четвёртый год обучения***  
(базовый уровень)

**Задачи:**

*образовательные:*

обучить ориентированию в пространстве, координации движений, и умению владеть собственным телом;

изучить «мультипликацию», работу над техникой исполнения вращений, импровизацией;

научить исполнителя свободно передвигаться в пространстве;

закрепить теоретические и практические знания программного материала;

повторить усвоенный материал на предыдущих годах обучения, совершенствовать технику и выразительность исполнения современного танца.

*развивающие:*

развивать творческие способности посредством танцевальных движений;

развивать танцевальность, чувство стиля;

совершенствовать техническое мастерства и оптимизма;

*воспитательные:*

воспитать дисциплину и порядок, а также культуру поведения в хореографическом классе, и в общественных местах;

воспитать умение работать и общаться в коллективе;

воспитать самоконтроль и взаимоконтроль;

воспитать моральных и волевых качеств детей.

### Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
1.	Упражнения на середине зала. Изоляция и координация	32	4	28	
2.	Партерная гимнастика	38	4	34	Тематический контроль
3.	Танцевальные элементы	25	4	21	Тематический контроль
4.	Тренаж классического танца	40	4	36	Тематический контроль
5.	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных номеров	48	-	48	
6.	Элементы акробатики	17	3	14	
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	12	2	10	
	Итоговое занятие	2		2	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт.
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>19</b>	<b>197</b>	

## Содержание учебного плана

### Вводное занятие

*Теория* - знакомство с программой четвертого года обучения. Режим занятий. Основные темы. Инструктивный материал по технике безопасности.

*Практика* – входная диагностика.

### Раздел 1. Упражнения на середине зала

*Теория* – техника выполнения новых элементов. Основные позиции ног (школа Г. Джордано). Основные позиции рук (школа Г. Джордано).

*Практика* – выполнение комплекса упражнений:

*Упражнения для головы:*

1. Zundari (смещение шейных позвонков при нейтральном положении головы вперёд – назад и из стороны в сторону);

2. Свинговый полукруг – свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена.

*для плеч:*

1. Движение плеч вперёд-назад;

2. Движение плеч с различной акцентировкой (к примеру «по три» и т.д.).

*Упражнения для грудной клетки:*

И.П. – 2-я парал. поз., корпус прямо;

1. Изоляция грудной клетки вправо, возвращение в И.П., влево;

2. Изоляция грудной клетки вперёд, возвращение в И.П., назад;

3. Подряд вправо, влево, вперёд, назад;

4. «Квадрат» - вправо, вперёд, влево, назад;

5. Соединение по кругу.

*Упражнения для рук:*

И.П.- руки опущены вдоль корпуса;

п.р. плавно поднимается до стороны (2-ой поз.) ладонью вниз;

чётко разворачивается ладонь прямо;

чётко сгибается рука от локтя к себе;

чётко разворачивается рука локтём вниз;

плавно опускается в И.П. перед собой.

Всё повторить с л.р., а затем одновременно двумя руками.

*Упражнения для отработки основных позиций ног (школа Г. Джордано)*

1 параллельная – стопы вместе;

1-аут – аналогична 1 позиции классического танца;

1-ин – пятки направлены наружу, носки соединяются вместе;

2 параллельная – стопы параллельны и находятся точно под бёдрами. Плечи, бёдра и стопы находятся на одной прямой линии и составляют квадрат;

2-аут – аналогична классической позиции, иногда используется широкая 2-аут позиция, когда стопы в выворотном положении располагаются шире плеч;

3 позиция – практически не используется;

4 параллельная позиция – одна стопа перед другой на расстоянии одной стопы;

4-аут – аналогична классической;

5-аут – аналогична классической;

5 параллельная позиция – стопы параллельны, рядом и одна немного впереди другой (на полстопы).

*Упражнения для отработки основных позиций рук (школа Г. Джордано)*

Руки свободны и находятся сбоку от торса;

Ладони лежат впереди на бёдрах (press-poz.);

Руки вытянуты и немного разведены в сторону, ладонями вперёд – 5-поз. внизу.

Примечание: Первая позиция варьируется:

Руки вытянуты вперёд на уровне солнечного сплетения;

Руки вытянуты в локтях и направлены по диагоналям – 5-поз. впереди;

Руки согнуты в локтях и ладони находятся у груди – 1 закрытая позиция; локти опущены вниз, кисти около.

Примечание: Вторая позиция варьируется:

Руки вытянуты в локтях на уровне плеч, ладонь может быть повёрнута вверх, вниз, или в сторону;

Вторая сокращённая позиция. Локти согнуты, предплечья располагаются параллельно полу.

Третья позиция имеет следующие варианты:

Руки вытянуты в локтях, ладони повёрнуты вовнутрь, наружу, или вперёд;

Руки вытянуты в локтях и раскрыты диагонально – 5-поз. вверху;

Локти немного согнуты, ладони сомкнуты и располагаются над макушкой.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – отработка исполнения новых элементов. Выполнение комплекса упражнений.

*Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава:*

1.И.П.- сидя, обе ноги в согнутом положении перед собой, правая впереди;

поднимаем правой рукой одноимённую ногу в согнутом положении, в сторону;

поочерёдно сокращаем и вытягиваем стопу правой ноги (при этом рука продолжает поддерживать ногу);

вытягиваем колено работающей ноги, и выдерживаем ногу вначале с сокращённой стопой, затем с вытянутой;

с И.П. повторяем всё с л.н.;

после повтора вытягиваем две ноги, при этом следим за положением спины, чтобы она была прямая;

вернуться в И.П.

2. И.П.-frog (лягушка) сидя;

п.р. открыть п.н. в сторону, держась за пятку;

опереться л.р. на пол около л. бедра и перенести вес тела на левое колено, колено л.н. и п.н. – на одной прямой линии;

перевести правую ногу назад в «кольцо», п.р. держит п.н. за стопу.

3. «Складочка» с закидыванием ног (для разгрузки) за голову и с выходом в положение «берёзка»;

4. Стрейчинг по парам.

### **Раздел 3. Танцевальные элементы**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – отработка техники исполнения новых элементов.

1. Приставные шаги по диагонали на полупальцах (вправо-влево), с добавлением различных рук;
2. Слайд (скольжение) из стороны в сторону, по диагонали;
3. Kick (бросок ноги от колена) вперёд с переступанием;
4. Прыжки из стороны в сторону (с двух ног на две);
5. Мелкие прыжки «по три» (два по 6-ой, на третий во 2-ю параллельную);
6. Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

### **Раздел 4. Тренаж классического танца**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – отработка техники исполнения новых элементов.

*Упражнения для развития подвижности позвоночника:*

1. Наклоны торса с прямой спиной (flat back);
2. Изгибы торса;

- 3.Спирали;
- 4.Body roll («волна»);
- 5.Contraction, release.

*Упражнения у станка:*

- 1.Stretch – области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).
- 2.Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).
- 3.Contract-release корпуса и наклон вперед.
- 4.Plie:  
demi-plie contract-release корпуса;  
grand-plie contract-release (лицом к станку);  
grand-plie с волнообразным перевиванием (лицом к станку);  
demi-plie releve с отклонением корпуса назад – диагональ;
- 5.Battements tendus:  
point-flex;  
с последующим twist, верха корпуса и ascent бедра опорной ноги (вперед, в сторону);  
heeldrop-bounce (назад).
- 6.Battement tendu jete piqe.
- 7.Swing balancoire (вперед-назад).
- 8.Battement fondu в координации с движением рук.
- 9.Battement developpe point-flex.
- 10.Battements developpe через passé contract.
- 11.Kick.
- 12.Kick ballchange.
- 13.Pelvis stretch (лицом к станку).

## **Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа**

Практика - постановка учащимися танцевальных этюдов на основе изученного материала.

## **Раздел 6. Cross (передвижение). Ориентация в пространстве**

*Теория* – техника выполнения новых элементов. Особенности исполнения джаз бег и прыжков. Подготовка к падениям. Методика и виды падений.

*Практика* – отработка техники исполнения новых элементов.



### *Вращения:*

1. Повороты на двух ногах;
2. Повороты на одной ноге;
3. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.

Различные задания на импровизацию.

### *Джаз-бег и прыжки:*

1. Бег.
2. Галоп.
3. Нор – с одной ноги на ту же ногу.
4. Leap – с одной ноги на другую с продвижением.
5. Jump – с двух ног на две.

### *Джаз прыжки:*

1. Jump с поджатыми к груди ногами и collapse.
2. Разножка (вперед – назад).
3. «Лягушка».
4. Leap в открытом passe (нога от колена отведена в сторону).
5. Grand jete attitude croise с джаз координацией.

### *Джаз падения*

Падения вперед на живот:

1. С выпада вперед на одну ногу.
2. С полупальцев, через растяжку и наклон корпуса вперед.

Падения вперед на спину:

1. Из «стоя» через глубокое приседание с помощью рук;
2. Из «стоя» через колени с помощью рук;
3. Roll вперед через плечи (их любого положения)

### *Падения в сторону:*

1. Из «стоя» через колени и бедро;
2. Из «стоя» с толчком бедра при помощи рук.

## **Итоговое занятие**

*Практика* – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

## **Планируемые результаты обучения**

**К концу четвертого года обучения учащиеся:**

**Предметные результаты:**

*познакомятся с:*

стилевыми особенностями хореографии;

техникой исполнения движений;  
спецификой применения танцевального костюма, его деталей и аксессуаров.

*у учащихся:*

сформирована потребность к творческому самовыражению.

*учащиеся освоят:*

грамотное использование танцевальной площадки.

*учащиеся научатся:*

чувствовать и ощущать музыкальный ритм;

осуществлять анализ музыкального материала;

владеть навыками актерского мастерства;

управлять эмоциональным фоном во время выступления;

свободно ориентироваться на сценической площадке.

### **Метапредметные**

*у учащихся будут сформированы:*

потребность к самообразованию для дальнейшего развития умений и навыков в области хореографии;

творческие способности (воображение, нестандартное мышление);

художественный вкус, образное и пространственное мышление, креативность;

стремление к творческому поиску;

умение анализировать, сравнивать, делать выводы при создании творческого продукта;

способность аргументировать собственную позицию в творчестве;

навыки публичного выступления.

### **Личностные**

*у учащихся сформируются личностные качества:*

уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;

работать самостоятельно и коллективно, технически грамотно и выразительно исполнять усвоенный материал.

## Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
	Вводное занятие	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Входной контроль
1	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
2	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
3	Танцевальные элементы	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
4	Тренаж классического танца	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
5	Постановочно-репетиционная работа Изучение танцевальных номеров	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
6	Элементы акробатики	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки,	Тематический контроль

				коврики для выполнения упражнений на полу	
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт.

### **Пятый год обучения** (продвинутый уровень)

**Цель:** совершенствование хореографических навыков и умений, создание условий для личностного самоопределения и самореализации.

**Задачи:**

*образовательные:*

совершенствовать технику исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений;

совершенствовать технику исполнения движений у станка и на середине зала за счет более сложной координации в комбинациях и использованием положений *epaulement*;

работать над выразительностью;

совершенствовать пройденный материал.

*развивающие:*

совершенствовать ритмичность (умение создавать, выявлять и воспринимать ритм);

развивать чувство стиля и красоты в исполнении движений;

развивать физические, моральные и волевые качества у детей.

*воспитательные:*

воспитать и формировать осмысленное отношение к танцу и способности самостоятельно оценивать хореографическое произведение;

воспитывать самоконтроль и взаимоконтроль;

воспитывать моральные и волевые качества;

создавать условия для профессиональной ориентации и самоопределения ребёнка.

### Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
1.	Упражнения на середине зала. Изоляция и координация	32	4	28	Тематический контроль
2.	Партерная гимнастика	38	4	34	Тематический контроль
3.	Танцевальные элементы	25	4	21	Тематический контроль
4.	Тренаж классического танца	40	4	36	Тематический контроль
5.	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных номеров	48	-	48	
6.	Элементы акробатики	17	3	14	
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	12	2	10	
	Итоговое занятие	2		2	Итоговая диагностика
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>19</b>	<b>197</b>	

### Содержание учебного плана

#### Вводное занятие

*Теория* – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы пятого года обучения.

*Практика* – диагностика уровня сохранности материала, пройденного на четвертом году обучения.

#### Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – отработка исполнения новых элементов.

*Упражнения на координацию трёх центров:*

1. Голова исполняет наклоны вперёд-назад, одновременно плечи двигаются вверх-вниз, а таз вправо-влево;

2. Руки во второй позиции, кисти двигаются вверх-вниз, таз вперёд-назад, голова наклоны вправо-влево.

*Свинг корпуса и рук:*

1. Свинг правой рукой и всего корпуса;

2. Свинг левой рукой и всего корпуса;

3. Свинг двумя руками и всего корпуса.

Примечание: Данное упражнение можно использовать с plie and releve.

*Упражнения для развития подвижности позвоночника:*

1. Наклоны торса с прямой спиной (flat back);

2. Изгибы торса;

3. Спирали;

4. Body roll («волна»);

5. Contraction, release.

*Упражнения стрейч – характера:*

1. У станка;

2. На середине;

3. В партере.

*Упражнения для головы (в положении сидя и в полуприседании):*

1. «Маятник» в быстром темпе;

2. Круг в быстром темпе;

3. Ранее пройденные isolations головы в координации с isolations плеч и рук.

*Плечи (в положении стоя, в полуприседании, сидя):*

1. Twist плеч;

2. Полукруг и круг (поочередно каждым плечом);

3. Полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции);

4. «Восьмёрка»;

5. Ранее пройденные isolations в координации с isolations головы и рук.

*Грудная клетка (стоя и в полуприседании, сидя):*

1. Accents (из стороны в сторону, дубль);

2. Крест (с возвращением в центр);

3. Contract-release.

*Верх корпуса (стоя):*

1. Side stretch с последующим twist и наклоном вперёд;

2. Twist с толчком бедра;

3. «Table top» roll;

4. «Table top» с толчком бедра;

5. Twist с толчком бедра и кругом плеча и руки.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* - отработка техники исполнения новых элементов.

*Выполнение комплекса упражнений:*

1. Проработка на полу положений ног – flex, point.
2. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.  
закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца.
3. Изолированная работа мышц в положении лежа.
4. Изолированная работа мышц в положении сидя.
5. Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
6. Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
7. Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
8. Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот.
9. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
10. Выходы на маленькие мостики.
11. Упражнения stretch-характера в положении лежа.
12. Упражнения stretch-характера в положении сидя.
13. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release
14. «Складочка» с закидыванием ног (для разгрузки) за голову и с выходом в положение «берёзка»;
15. Стрейчинг по парам.

## **Раздел 3. Танцевальные элементы**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – освоение техники исполнения новых элементов.

*Выполнение комплекс танцевальных элементов:*

1. Прыжки из стороны в сторону (с двух ног на две);
2. Мелкие прыжки «по три» (два по 6-ой, на третий во 2-ю параллельную);
3. Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.
4. «Кач» с переступанием с ноги на ногу с добавлением бедра – к себе (шаг на правую ногу, на чётный акцент поднять левую ногу от колена к себе,

при этом правую руку вытягиваем вверх и акцентируем к себе), повтор с левой ноги.

#### **Раздел 4. Тренаж классического танца**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – освоение техники исполнения новых элементов.

*Упражнения для развития подвижности позвоночника:*

1. Наклоны торса с прямой спиной (flat back);
2. Изгибы торса;
3. Спирали;
4. Body roll («волна»);
5. Contraction, release.

*Упражнения у станка:*

1. Stretch – области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).
2. Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).
3. Contract-release корпуса и наклон вперед.
4. Plie:  
demi-plie contract-release корпуса;  
grand-plie contract-release (лицом к станку);  
grand-plie с волнообразным перевиванием (лицом к станку);  
demi-plie releve с отклонением корпуса назад – диагональ;
- Battements tendus:  
point-flex;  
с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону);  
heeldrop-bounce (назад).
5. Battement tendu jete piqe.
6. Swing balancoire (вперед-назад).
7. Battement fondu в координации с движением рук.
8. Battement developpe point-flex.
9. Battements developpe через passé contract.
10. Kick.
11. Kick ballchange.
12. Pelvis stretch (лицом к станку).

#### **Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа**



*Практика* - Работа над техникой исполнения, стилем, синхронностью, рисунком танца.

Составление учащимися танцевальных этюдов на основе изученного материала.

## **Раздел 6. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве.**

*Теория* – техника выполнения новых элементов.

*Практика* – освоение техники исполнения новых элементов.

*Вращения*

1. Повороты на двух ногах;
2. Повороты на одной ноге;
3. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.
4. Выполнение заданий на импровизацию с использованием новых элементов.

*Джаз-бег и прыжки*

1. Бег.
2. Галоп.
3. Нор – с одной ноги на ту же ногу.
4. Leap – с одной ноги на другую с продвижением.
5. Jump – с двух ног на две.

*Джаз прыжки*

1. Jump с поджатыми к груди ногами и collapse.
2. Разножка (вперед – назад).
3. «Лягушка».
4. Leap в открытом passe (нога от колена отведена в сторону).
5. Grand jete attitude croise с джаз координацией.

*Джаз падения*

1. С выпада вперед на одну ногу.
2. С полупальцев, через растяжку и наклон корпуса вперед.
3. Падения вперед на спину:  
Из «стоя» через глубокое приседание с помощью рук;  
Из «стоя» через колени с помощью рук;  
Roll вперед через плечи (их любого положения).

*Падения в сторону*

1. Из «стоя» через колени и бедро;
2. Из «стоя» с толчком бедра при помощи рук.

*Вращения*

1. Повороты на различных уровнях;

2. Лабильные вращения.

*Джаз вращения в воздухе:*

1. Hop turn.

2. Leap turn.

3. Jump turn.

4. Импровизация.

### **Итоговое занятие**

*Практика* – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

## **Планируемые результаты обучения**

**К концу пятого года обучения (продвинутый уровень) учащиеся:**

### **Предметные результаты:**

*познакомятся с:*

историей танцевальной культуры, а также разнообразием стилей и направлений современной хореографии, научатся свободно их различать и владеть ими;

техникой исполнения движений;

спецификой применения танцевального костюма, его деталей и аксессуаров.

*у учащихся:*

сформирована потребность к творческому самовыражению.

*учащиеся освоят:*

грамотное использование танцевальной площадки;

посещение открытых уроков, выступлений и концертных программ хореографических коллективов, школ, студий и т.д.

*учащиеся научатся:*

творчески мыслить;

импровизировать;

легко владеть стилем того или иного направления;

грамотно и выразительно исполнять все движения;

использовать данные из истории и методики преподавания современных направлений танца;

чувствовать и ощущать музыкальный ритм;

осуществлять анализ музыкального материала;

владеть навыками актерского мастерства;

управлять эмоциональным фоном во время выступления;

свободно ориентироваться на сценической площадке.

## **Метапредметные**

*у учащихся будут сформированы:*

потребность к самообразованию для дальнейшего развития умений и навыков в области хореографии;

творческие способности (воображение, нестандартное мышление);

художественный вкус, образное и пространственное мышление, креативность;

стремление к творческому поиску;

умение анализировать, сравнивать, делать выводы при создании творческого продукта;

способность аргументировать собственную позицию в творчестве;

культура поведения и общения;

умение общаться и работать в коллективе;

исследовательские умения и навыки публичного выступления;

методы самопознания и саморазвития (интересы, способности, возможности и ресурсы — физические, психологические, иные).

## **Личностные**

*у учащихся сформируются личностные качества:*

уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;

привитие здорового образа жизни;

работать самостоятельно и коллективно, технически грамотно и выразительно исполнять усвоенный материал.

## **Методическое обеспечение**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Приёмы и методы</b>	<b>Дидактический материал, техническое оснащение</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
	Вводное занятие	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Входной контроль
1	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на	

				полу	
2	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
3	Танцевальные элементы	Комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
4	Тренаж классического танца	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
5	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных номеров	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
6	Элементы акробатики	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Комбинированное занятие, занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Итоговая диагностика

## **Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной**

### ***Календарный учебный график***

Количество учебных недель – 180.

*Дата окончания и начала учебных периодов*

Начало занятий групп первого года обучения с 10 сентября, окончание занятий 31 мая; начало занятий 2-5 годов обучения с 1 сентября, окончание занятий 25 мая.

### ***Условия реализации программы***

#### ***Санитарно-гигиенические требования***

Занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

#### ***Кадровое обеспечение***

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительную профессиональную подготовку по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы. Педагог должен пройти курсы повышения квалификации по работе с детьми ОВЗ.

#### ***Учебно-методический комплект***

Для успешной реализации программы разработано методическое обеспечение: календарный учебный график, подобраны и разработаны планы-конспекты занятий, методики промежуточного и итогового контроля учащихся, подобран необходимый наглядный и раздаточный материал.

#### ***Материально-техническое обеспечение:***

Для реализации программы необходимо материально-техническое оснащение:

музыкальный центр;

аппаратура для просмотра видео материала (ноутбук, колонки, мультимедиа проектор).

*Для учащихся:*

тренировочная форма (для девочек - купальник, мягкая и жесткая обувь, юбка; для мальчиков – майка, шорты, мягкая и жесткая обувь).

### **Формы аттестации**

#### *Виды и формы контроля освоения программы*

В процессе реализации программы предусмотрена начальная, промежуточная и конечная диагностика, тематический контроль, которые направлены на определение уровня освоения программы учащимися. Для этого разработаны специальные задания.

*Начальная диагностика.* При приеме детей в объединение педагог проводит тестирование уровня развития мотивации ребенка к обучению, уровень физического развития. Результаты тестирования фиксируются в специальных сводных таблицах.

*Входная диагностика* направлена на определение уровня сохранности материала, изученного на первом году обучения.

*Тематический контроль* предусматривает: тестирование, педагогическое наблюдение, выполнение творческих заданий. Задания подбираются в соответствии с возрастом учащихся.

*Промежуточная диагностика* проводится по окончании первого, второго, третьего и четвертого года обучения. Направлена на выявление уровня освоения программного материала, а также уровня развития метапредметных навыков и личностных качеств.

*Итоговый контроль.* Проводится по окончании пятого года обучения.

#### *Методы диагностики личностного развития детей*

В конце каждого учебного года проводится мониторинг развития личностных качеств, для этого подобран ряд диагностических методик:

Тест «Дерево» (автор Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко);

Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур);

Тест на развитие волевых качеств;

Методика «Рисунок человека» (авторы К. Маховер, Ф. Гудинаф).

Диагностика и обработка полученных результатов проводится совместно с педагогом-психологом.

### **Методические материалы**

Программа имеет вариативное содержание и дает возможность выбора и построения индивидуальной образовательной траектории для каждого учащегося.

Занятие включает в себя теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретическая часть занимает примерно 1/3 времени

занятия (в зависимости от сложности и новизны учебного материала), практическая работа занимает большую часть занятия.

В процессе практической работы, последовательно учащиеся осваивают основы классического танца, элементы партерной гимнастики, движения русского и современного эстрадного танца. Целью каждой практической работы ставится законченный значимый результат (танцевальный номер).

#### *Технологии, формы и методы обучения*

В образовательном процессе используются технологии:

технология группового обучения;

технология дифференцированного обучения;

технология развивающего обучения,

технология творческо-игровой деятельности;

коммуникативная технология обучения;

технология коллективной творческой деятельности;

технология развития критического мышления через просмотр и анализ исполнения движений учащимися;

технология педагогической мастерской;

технология образа;

здоровьесберегающая технология

*Методы обучения:*

1. Словесный метод - универсальный метод обучения, с помощью которого решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку.

2. Наглядный метод - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

3. Практический метод – основан на активной деятельности самих воспитанников. Он разделяется на: *метод целостного освоения упражнений, ступенчатый метод и игровой метод.*

### *Примерный алгоритм построения занятия*

Занятие строится из следующих частей:

#### **1 часть**

Организационная:

Вход в зал, построение, приветствие участников.

Начальная форма вежливости (поклон).

Сообщение темы, цели и задач занятия.

#### **2 часть**

Разминка:

Марш по кругу, на месте в комбинации с прыжками подскоками.

Разогрев верхнего плечевого пояса.

Наклоны и перегибы корпуса.

Партерная гимнастика.

#### **3 часть**

Основная:

Работа над постановкой корпуса, головы, рук, ног.

Работа над танцевальными комбинациями на середине зала.

Танцевально-игровые упражнения

#### **4 часть**

Заключительная:

Упражнения на восстановление дыхания.

Рефлексия.

Заключительная форма вежливости (поклон). Выход из зала.

### ***Воспитательный потенциал программы***

В процессе занятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современные эстрадные танцы», в ходе внеучебных мероприятий решаются воспитательные задачи:

формировать гражданственность и патриотизм посредством усвоения общечеловеческих гуманистических ценностей, культурных, духовных традиций русского народа;

формировать нравственную культуру личности, воспитывать нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта);

создать условия для овладения учащимися знаниями и навыками здорового образа жизни, формировать культуру безопасности жизнедеятельности.



Решению этих задач способствует совместная деятельность учащихся, педагогов (в том числе и педагогов-психологов), родителей.

**Календарный план воспитательной работы  
объединения «Современные эстрадные танцы»  
на 2022-2023 учебный год  
педагог дополнительного образования  
Юмашева Е.Г**

Сроки проведения	Название мероприятия	Ответственный
Август	День открытых дверей	Зав. структурным подразделением, методисты, педагоги-психологи, ПДО
Октябрь	Тематическое занятие, посвященное празднованию Дня отца	ПДО
Октябрь	Практическое занятие «Время быть здоровым»	Педагоги-психологи
Ноябрь	Праздничный концерт, посвященный Дню матери	Зав. структурным подразделением, ПДО
Ноябрь	Тематическое занятие «Безопасность на водных объектах в зимний период»	Зав. структурным подразделением, сотрудники Центра ГИМС Главного управления МЧС России по Тамбовской области
Декабрь	Праздничный концерт для детей с ОВЗ «Дорогою добра»	Зав. структурным подразделением, ПДО
Январь	Психологический тренинг «Путь к успеху!»	Педагоги-психологи
Февраль	Праздничные гуляния, приуроченные к празднованию Масленицы	ПДО
Февраль	Занятия с использованием музыкотерапии «Волшебная сила музыки»	Педагог-психолог
Март	Концертная программа, посвященная Международному женскому дню 8 марта	Зав. структурным подразделением, ПДО
Апрель	Экскурсия в Музей шоколада	Зав. структурным подразделением, ПДО
Май	Урок мужества по теме: «Сыны земли Тамбовской и России, Вы вечно живы в памяти людской...»	Зав. структурным подразделением
Май	Праздничный концерт «Победа: нам жить и помнить» (для детей с ОВЗ)	Зав. структурным подразделением, ПДО
Май	Отчетный концерт учащихся ЦИТРП «УникУМ»	Зав. структурным

		подразделением, ПДО
--	--	------------------------

### Список литературы

*для педагога:*

1. Бежар, М. П. Путь приобщения / М.П. Бежар. – Москва: «Курьер ЮНЕСКО», 2017.
2. Бекина, С.И. Музыка и движение / С.И. Бекина. – Москва: АСТ 2015.
3. Володина, О.В. Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, House / О.В. Володина. - Москва: Феникс, 2016.
4. Гиршон, А.С. Импровизация и хореография / С.А. Гиршон. – Москва: «Искусство», 2015.
5. Джозеф С. Халивер, Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки / Джозеф С. Халивер. – Москва: «Новое слово», 2014.
6. Захаров, Р.В. Сочинение танца / Р.В. Захаров. – Москва: «Искусство», 2016 Захаров.
7. Никитин, В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн джаз танца / В.Ю. Никитин. – Москва, 2016.
8. Никитин, В.Ю. Композиция в современной хореографии / В.Ю. Никитин, И.К. Шварц. - Москва: «Просвещение», 2017.
9. Фёдорова, Л.Н. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции / Л.Н. Фёдорова Москва, 2017.
10. Шереметьевская, Н.О. Танец на эстраде /Н.О. Шереметьевская. – Москва: «Искусство», 2015.

*для детей:*

1. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика / А.И. Буренина. – СПб.: Лань, 2016.
2. Иванова, О.К. Поддубная Ж. 100 упражнений стретчинга для всех групп мышц / О.К. Иванова. – Москва: «Спорт в школе», 2014.
3. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения, танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – Москва: Гном-Пресс, 2015.

**Календарные учебные графики**

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Современные эстрадные танцы»  
*1 год обучения*

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		Занятие-путешествие	2	Введение в образовательную деятельность	Начальная диагностика
2.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
3.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
4.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
5.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения на ориентацию в пространстве	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
8.	октябрь		Занятие-практикум	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
9.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, бег, подскоки	
10.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
11.			Занятие-практикум	2	Прыжки	
12.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	

13.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
14.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
15.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
17.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
18.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, шаг польки, бег, подскоки	
19.	ноябрь		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
20.			Комбинированное занятие	2	Элементы хип-хоп танца	
21.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	Тематический контроль
23.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
24.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
25.			Комбинированное занятие	2	Силовые упражнения	
26.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
27.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отрабатывание стиля, синхронности, рисунка танца	

28.	декабрь		Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве	
29.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
30.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
31.			Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
32.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
34.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
35.			Занятие-игра	2	Базовые движения хип-хоп танца, этюдные постановки, различные танцевальные комбинации	Тематический контроль
36.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
37.		январь		Занятие-практикум	2	Упражнения на середине зала (разминка)
38.			Комбинированное занятие	2	Игроритмика	
39.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
40.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
41.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
42.			Комбинированное	2	Партерная	Тематический

			занятие		гимнастика	контроль
43.	февраль		Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве	
44.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
46.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
48.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
49.		март		занятие-практикум	2	Партерная гимнастика
50.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца. Анализ танцевальной музыки	
51.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	Тематический контроль
52.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
53.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
54.			занятие-практикум	2	Закрепление материала	
55.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
56.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	Тематический контроль
57.	апрель			Комбинированное занятие	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве
58.			Занятие-	2	Постановочно-	

			практикум		репетиционная работа	
59.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
60.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
61.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	Тематический контроль
62.			Комбинированное занятие	2	Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Ракурсы. Положение анфас	
63.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
64.			Занятие-игра	2	Элементы стрейч-характера	
65.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
66.	май		Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	Тематический контроль
67.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
68.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
69.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
70.			Занятие-практикум	2	Партерная гимнастика. Закрепление материала	
71.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
72.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная диагностика

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Современные эстрадные танцы»  
2 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		Занятие-путешествие	2	Вводное занятие	Входная диагностика
2.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
3.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
4.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
5.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения на ориентацию в пространстве	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
8.			Занятие-практикум	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
9.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, бег, подскоки	
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
11.			Занятие-практикум	2	Прыжки	
12.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	
13.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
14.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
15.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	



16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
17.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
18.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
19.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
20.			Комбинированное занятие	2	Элементы хип-хоп танца	
21.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
22.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
23.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Танцевальные элементы	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Силовые упражнения	
26.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
27.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отработка стиля, синхронности, рисунка танца	
28.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
29.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
30.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
31.			Занятие-	2	Закрепление	

			практикум		пройденного материала	
32.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
34.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
35.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
36.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
37.			Занятие-практикум	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
39.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
40.			Занятие-игра	2	Танцевальные элементы	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
42.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
43.			Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве	
44.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
46.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
48.			Комбинированное	2	Элементы	

			занятие		стрейч-характера	
49.			занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль
50.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
51.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
52.	январь		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
53.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
54.			занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
55.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
56.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
57.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
58.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
59.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
60.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
61.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
62.	февраль		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
63.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
64.			Занятие-игра	2	Элементы стрейч-характера	
65.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	

66.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
67.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
68.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
69.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
70.			Занятие-практикум	2	Партерная гимнастика. Закрепление материала	
71.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
72.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
73.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль
74.	март		Занятие-практикум	2	Занятие-практикум	
75.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
76.			Занятие-игра	2	Занятие-практикум	
77.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
78.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
79.			Комбинированное занятие	2	Занятие-практикум	
80.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
81.			Занятие-практикум	2	Прыжки	
82.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	
83.			Занятие-игра	2	Занятие-практикум	

84.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
85.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
86.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
88.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, шаг польки, бег, подскоки	
89.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
90.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
91.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
92.			Комбинированное занятие	2	Занятие-практикум	
93.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
94.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
95.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
96.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
97.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отработка стиля, синхронности, рисунка танца	
98.			Занятие-практикум	2	Занятие-практикум	
99.	май		Комбинированное	2	Тренаж	Тематический

		занятие		классического танца	контроль
100.		Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
101.		Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
102.		Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
103.		Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
104.		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
105.		Занятие-игра	2	Занятие-практикум	
106.		Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
107.		Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
108.		Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Современные эстрадные танцы»  
*3 год обучения*

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		Занятие-путешествие	2	Вводное занятие	Входная диагностика
2.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
3.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
4.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных	

					элементов	
5.		Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки		
6.		Занятие-игра	2	Упражнения на ориентацию в пространстве		
7.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног		
8.		Занятие-практикум	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа		
9.		Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, бег, подскоки		
10.	октябрь	Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
11.		Занятие-практикум	2	Прыжки		
12.		Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве		
13.		Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
14.		Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов		
15.		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
16.		Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки		
17.		Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера		
18.		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
19.		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
20.		Комбинированное занятие	2	Элементы хип-хоп танца		
21.		Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов		

22.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
23.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Силовые упражнения	
26.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
27.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отработка стиля, синхронности, рисунка танца	
28.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
29.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
30.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
31.			Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
32.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
34.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
35.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
36.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	



37.			Занятие-практикум	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
39.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики		
40.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль	
41.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения		
42.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики		
43.			Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве		
44.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
46.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика		
47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
48.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера		
49.			занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль	
50.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
51.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
52.		январь		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
53.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	

54.		занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
55.		Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки		
56.		Занятие-практикум	2	Силовые упражнения		
57.		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
58.		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
59.		Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа		
60.		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль	
61.		Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов		
62.	февраль	Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики		
63.		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
64.		Занятие-игра	2	Элементы стрейч-характера		
65.		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
66.		Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
67.		Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов		
68.		Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль	
69.		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
70.		Занятие-практикум	2	Партерная гимнастика. Закрепление		

					материала	
71.		Занятие-практикум	2		Элементы акробатики	
72.		Занятие-игра	2		Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
73.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	Тематический контроль
74.	март	Занятие-практикум	2		Занятие-практикум	
75.		Занятие-практикум	2		Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
76.		Занятие-игра	2		Занятие-практикум	
77.		Комбинированное занятие	2		Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
78.		Занятие-практикум	2		Тренаж классического танца	
79.		Комбинированное занятие	2		Занятие-практикум	
80.		Занятие-игра	2		Партерная гимнастика	
81.		Занятие-практикум	2		Прыжки	
82.		Комбинированное занятие	2		Игры. Ориентация в пространстве	
83.		Занятие-игра	2		Занятие-практикум	
84.		Комбинированное занятие	2		Изучение танцевальных элементов	
85.		Занятие-игра	2		Партерная гимнастика	
86.		Занятие-практикум	2		Тренаж классического танца	
87.		апрель	Комбинированное занятие	2		Элементы стрейч-характера
88.	Комбинированное занятие		2		Галоп по кругу, шаг польки, бег, подскоки	
89.	Занятие-игра		2		Партерная	

					гимнастика	
90.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	
91.		Занятие-практикум	2		Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
92.		Комбинированное занятие	2		Занятие-практикум	
93.		Занятие-практикум	2		Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
94.		Занятие-практикум	2		Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
95.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	
96.		Занятие-практикум	2		Элементы хип-хоп танца	
97.		Занятие-игра	2		Работа над техникой исполнения, отработка стиля, синхронности, рисунка танца	
98.		Занятие-практикум	2		Занятие-практикум	
99.	май	Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	Тематический контроль
100.		Комбинированное занятие	2		Упражнения на середине зала (разминка)	
101.		Занятие-практикум	2		Закрепление пройденного материала	
102.		Занятие-игра	2		Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
103.		Занятие-практикум	2		Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса,	

					ног. Прыжки	
104.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
105.			Занятие-игра	2	Занятие-практикум	
106.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
107.			Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Современные эстрадные танцы»  
4 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		Занятие-путешествие	2	Вводное занятие	Входная диагностика
2.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
3.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
4.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
5.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения на ориентацию в пространстве	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
8.			Занятие-практикум	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
9.			Комбинированное	2	Галоп по кругу,	

			занятие		бег, подскоки		
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
11.			Занятие-практикум	2	Прыжки		
12.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве		
13.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
14.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов		
15.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки		
17.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера		
18.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
19.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика		
20.			Комбинированное занятие	2	Элементы хип-хоп танца		
21.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов		
22.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
23.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка		
24.		ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль
25.				Комбинированное занятие	2	Силовые упражнения	

26.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
27.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отработка стиля, синхронности, рисунка танца	
28.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
29.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
30.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
31.			Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
32.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
34.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
35.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
36.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
37.			Занятие-практикум	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
39.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
40.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
42.			Комбинированное	2	Элементы	

			занятие		акробатики	
43.			Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве	
44.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
46.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
48.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
49.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль
50.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
51.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
52.	январь		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
53.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
54.			занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
55.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
56.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
57.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
58.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
59.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	



60.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль	
61.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов		
62.	февраль		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики		
63.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца		
64.			Занятие-игра	2	Элементы стрейч-характера		
65.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
66.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)		
67.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов		
68.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль	
69.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
70.			Занятие-практикум	2	Партерная гимнастика. Закрепление материала		
71.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
72.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)		
73.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль	
74.		март		Занятие-практикум	2	Занятие-практикум	
75.				Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
76.			Занятие-игра	2	Занятие-практикум		
77.			Комбинированное	2	Упражнения для		

			занятие		головы, плеч, рук, корпуса, ног	
78.			Занятие- практикум	2	Тренаж классического танца	
79.			Комбинированное занятие	2	Занятие- практикум	
80.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
81.			Занятие- практикум	2	Прыжки	
82.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	
83.			Занятие-игра	2	Занятие- практикум	
84.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
85.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
86.			Занятие- практикум	2	Тренаж классического танца	
87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч- характера	
88.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, шаг польки, бег, подскоки	
89.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
90.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
91.			Занятие- практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
92.			Комбинированное занятие	2	Занятие- практикум	
93.			Занятие- практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
94.			Занятие- практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса,	

					ног. Прыжки	
95.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	
96.		Занятие-практикум	2		Элементы хип-хоп танца	
97.		Занятие-игра	2		Работа над техникой исполнения, отработка стилия, синхронности, рисунка танца	
98.		Занятие-практикум	2		Занятие-практикум	
99.	май	Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	Тематический контроль
100.		Комбинированное занятие	2		Упражнения на середине зала (разминка)	
101.		Занятие-практикум	2		Закрепление пройденного материала	
102.		Занятие-игра	2		Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
103.		Занятие-практикум	2		Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
104.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	
105.		Занятие-игра	2		Занятие-практикум	
106.		Комбинированное занятие	2		Партерная гимнастика	Тематический контроль
107.		Занятие-практикум	2		Закрепление пройденного материала	
108.		Комбинированное занятие	2		Итоговое занятие	Промежуточная диагностика. Отчетный концерт

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Современные эстрадные танцы»  
5 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		Занятие-путешествие	2	Введение в образовательную деятельность	Входной контроль
2.			Занятие-игра	2	Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
3.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
4.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
5.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения на ориентацию в пространстве	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
8.			Занятие-практикум	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
9.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, бег, подскоки	
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
11.			Занятие-практикум	2	Прыжки	
12.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	
13.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
14.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	

15.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
17.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
18.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
19.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
20.			Комбинированное занятие	2	Элементы хип-хоп танца	
21.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
22.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
23.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Силовые упражнения	
26.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
27.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отрабатывание стиля, синхронности, рисунка танца	
28.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
29.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
30.			Комбинированное	2	Упражнения на	

			занятие		середине зала (разминка)	
31.			Занятие-практикум	2	Закрепление пройденного материала	
32.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
34.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
35.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
36.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
37.			Занятие-практикум	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
39.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
40.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
42.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
43.			Занятие-практикум	2	Игры. Упражнения на ориентацию в пространстве	
44.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
46.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	

47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
48.			Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
49.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль
50.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
51.			Занятие-игра	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
52.	январь		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
53.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	
54.			занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
55.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
56.			Занятие-практикум	2	Силовые упражнения	
57.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
58.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
59.			Комбинированное занятие	2	Элементы, заимствованные из классического тренажа	
60.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
61.			Занятие-практикум	2	Изучение танцевальных элементов	
62.		февраль		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики
63.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
64.			Занятие-игра	2	Элементы	

					стрейч-характера	
65.		Занятие-практикум	2		Постановочно-репетиционная работа	
66.		Комбинированное занятие	2		Упражнения на середине зала (разминка)	
67.		Комбинированное занятие	2		Изучение танцевальных элементов	
68.		Комбинированное занятие	2		Партерная гимнастика	Тематический контроль
69.		Занятие-практикум	2		Постановочно-репетиционная работа	
70.		Занятие-практикум	2		Партерная гимнастика. Закрепление материала	
71.		Занятие-практикум	2		Элементы акробатики	
72.		Занятие-игра	2		Поклон. Упражнения на середине зала (разминка)	
73.		Комбинированное занятие	2		Тренаж классического танца	Тематический контроль
74.	март	Занятие-практикум	2		Занятие-практикум	
75.		Занятие-практикум	2		Игроритмика. Анализ танцевальной музыки	
76.		Занятие-игра	2		Занятие-практикум	
77.		Комбинированное занятие	2		Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног	
78.		Занятие-практикум	2		Тренаж классического танца	
79.		Комбинированное занятие	2		Занятие-практикум	
80.		Занятие-игра	2		Партерная гимнастика	
81.		Занятие-практикум	2		Прыжки	



82.			Комбинированное занятие	2	Игры. Ориентация в пространстве	
83.			Занятие-игра	2	Занятие-практикум	
84.			Комбинированное занятие	2	Изучение танцевальных элементов	
85.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
86.			Занятие-практикум	2	Тренаж классического танца	
87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Элементы стрейч-характера	
88.			Комбинированное занятие	2	Галоп по кругу, шаг польки, бег, подскоки	
89.			Занятие-игра	2	Партерная гимнастика	
90.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
91.			Занятие-практикум	2	Игроритмика. Изучение танцевальных элементов	
92.			Комбинированное занятие	2	Занятие-практикум	
93.			Занятие-практикум	2	Отрабатывание техники исполнения, стиля, синхронности, рисунка	
94.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
95.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
96.			Занятие-практикум	2	Элементы хип-хоп танца	
97.			Занятие-игра	2	Работа над техникой исполнения, отработка стиля,	

					синхронности, рисунка танца	
98.			Занятие- практикум	2	Занятие- практикум	
99.	май		Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	Тематический контроль
100.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на середине зала (разминка)	
101.			Занятие- практикум	2	Закрепление пройденного материала	
102.			Занятие-игра	2	Контрольная диагностика. Проведение открытого урока	
103.			Занятие- практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, ног. Прыжки	
104.			Комбинированное занятие	2	Тренаж классического танца	
105.			Занятие-игра	2	Занятие- практикум	
106.			Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика	Тематический контроль
107.			Занятие- практикум	2	Закрепление пройденного материала	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Итоговая аттестация. Отчетный концерт

Оценочные материалы

Диагностический инструментарий  
для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе  
«Современные эстрадные танцы»  
(начальная диагностика)

Дети выполняют задания педагога.

№ п/п	Критерии оценки	Упражнения
<b>Физические данные</b>		
1.	Подъем стопы	Вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой
2.	Выворотность в стопе	Выполнить 1, 2, 4,5 позиции ног, battement tendu.
3.	Выворотность в колене	Выполнить demi plie, Grand plie, retere.
4.	Выворотность в бедре	Выполнить demi plie, Grand plie, rond de jambe par terre, «лягушка» лежа на спине и животе.
5.	Величина шага	Выполнить releve lent во всех направлениях с удержанием ноги на максимальной высоте.
6.	Гибкость корпуса	Выполнить перегибы корпуса во все направления.
7.	Прыжок	Выполнение прыжков на 2 ногах на максимальную высоту.
<b>Музыкальность</b>		
1.	Музыкальный слух	Показать рукой движение мелодии
2.	Ритм	Выполнить ритмическую хлопушку руками, ногами, выполнение движения с музыкой и изменением темпа
<b>Артистичность</b>		
1.	Мимика лица. Эмоции.	Выполнение образных движений: смех, плач, угроза
2.	Выразительность	Станцевать на предложенную мелодию

## **Вывод-оценка**

### Эмоциональность

*Высокий* - умеет передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции.

*Средний* – иногда затрудняется передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции.

*Низкий* – мимика бедная, движения невыразительные.

### Музыкальность

*Высокий* – умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику).

*Средний* – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

*Низкий* – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

### Чувство ритма

*Высокий* – точно передает ритмический рисунок.

*Средний* – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

*Низкий* – с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

### Координация движений

*Высокий* – согласованная работа рук и ног при выполнении движений.

*Средний* – не всегда согласована работа рук и ног при выполнении движений, требуется повторный показ.

*Низкий* – работа рук и ног при выполнении движений чаще всего не согласованы, требуется многократный показ.

### Гибкость тела

*Высокий* – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

*Средний* – средняя подвижность позвоночника.

*Низкий* – упражнения на гибкость вызывают затруднения.

### Передача в движении характера музыкального произведения

*Высокий* - движения соответствуют характеру музыки.

*Средний* – движения не всегда соответствуют характеру музыки.

*Низкий* – движения не соответствуют характеру музыки.

### Творческие способности

*Высокий* – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения, сам сочиняет оригинальные ритмические рисунки.



**Диагностический инструментарий**  
**для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Современные эстрадные танцы»**  
(промежуточная диагностика)  
1 год обучения

**Цель:**

анализ уровня усвоения программного материала первого года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Современные эстрадные танцы».

**Задачи:**

определение уровня теоретической подготовки учащихся;  
выявление степени сформированности практических умений и навыков;  
соотношение прогнозируемых и реальных результатов образовательной программы.

**Участники:** учащиеся первого года обучения.

**Ход занятия**

**Задание 1**

Тест

*Инструкция:* прочитай вопрос и выбери правильный ответ.

1. Что такое танец?

- вид народного творчества
- ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением
- основной язык балета

(Ответ: ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением)

2. Как с греческого переводится «хореография»

- писать танец
- последовательное выполнение движений
- искусство сочинения танца

(Ответ: искусство сочинения танца)

3. Классический танец это

- исторически сложившиеся система выразительных средств балета

- танец созданный на народной основе
- выразительные движения человеческого тела

(Ответ: исторически сложившиеся система выразительных средств балета)

4. Танец модерн - это:

- исторически сложившиеся система выразительных средств хореографии
- одно из направлений современной зарубежной хореографии
- эстрадная хореография

(Ответ: одно из направлений современной зарубежной хореографии)

5. Партер – это

- прыжки
- движения на полу
- движения на полупальцах

(Ответ: движения на полу)

6. Координация - это:

- согласованность работы рук, ног, головы, корпуса
- подготовительное упражнение
- одновременная работа рук и ног

(Ответ: согласованность работы рук, ног, головы, корпуса)

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок ответил на 5-6 вопросов правильно.

*Средний* - ребёнок ответил на 4-3 вопроса правильно.

*Низкий* - ребёнок ответил на 2-0 вопроса правильно.

## **Задание 2**

Выполнение комплекса упражнений по показу педагога

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок качественно выполняет упражнения, согласовывает движения с музыкой.

*Средний* – ребёнок испытывает не значительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения согласуются с музыкой.

*Низкий* – ребёнок испытывает значительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения не согласовываются с

музыкой. Требуется постоянная помощь педагог и дополнительные инструкции.

### **Задание 3**

#### **Игра «Отгадай, кто это»**

Образная импровизация: дети берут карточку и изображают при помощи движений нарисованный предмет. Остальные дети должны узнать, какой предмет изображает ребёнок.

#### *Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок показывает характерные признаки предметов, повадки животных.

*Средний* – ребёнок затрудняется показать характерные признаки предметов, повадки животных. Требуется незначительная помощь педагога.

*Низкий* - – ребёнок испытывает значительные затруднения при выполнении задания. Ему сложно показать характерные признаки предметов, повадки животных. Требуется постоянная помощь педагога.

### **Диагностический инструментарий**

**для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе**

**«Современные эстрадные танцы»**

(промежуточная диагностика)

2 год обучения

#### **Цель:**

анализ уровня усвоения программного материала второго года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Современные эстрадные танцы».

#### **Задачи:**

определение уровня теоретической подготовки учащихся;  
выявление степени сформированности практических умений и навыков;  
соотношение прогнозируемых и реальных результатов образовательной программы.

**Участники:** учащиеся второго года обучения.

### **Ход занятия**

#### **Задание 1**

Тест



*Инструкция:* прочитай вопрос и напиши ответ.

1. Что такое выразительные средства хореографии?

(Ответ: лексика, хореографический текст, актерское мастерство)

2. Какое основное правило необходимо выполнять при исполнении вращений?

(Ответ: держать точку)

3. Назови позы классического танца.

(Ответ: анфас, круазе, экарте)

4. Какие стили современных танцев вы знаете?

(Ответ: эстрадный, хип – хоп, джаз, модерн, contemporary dance)

5. Какие бывают рисунки танца?

(Ответ: симметричные и ассиметричные, простые и сложные)

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок ответил на 4-5 вопроса правильно.

*Средний* - ребёнок ответил на 2-3 вопроса правильно.

*Низкий* - ребёнок ответил на 1 вопрос правильно или не дал ни одного правильного ответа.

## **Задание 2**

Выполнение комплекса упражнений

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок качественно выполняет упражнения, согласовывает движения с музыкой.

*Средний* – ребёнок испытывает незначительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения согласуются с музыкой.

*Низкий* – ребёнок испытывает значительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения не согласовываются с музыкой. Требуется постоянная помощь педагога и дополнительные инструкции.

## **Задание 3**

Выполнение творческого задания

Педагог предлагает детям послушать отрывок музыкального произведения и придумать танец под незнакомую музыку.

*Вывод-оценка*

*Высокий* – умеет самостоятельно импровизировать под музыку, сочиняет несложные танцевальные композиции, эмоционально их исполняет.

*Средний* – может импровизировать под музыку и сочинять несложные танцевальные композиции, однако требуется незначительная помощь педагога.

*Низкий* – испытывает значительные затруднения при выполнении задания, требуется постоянная помощь педагога.

**Диагностический инструментарий**  
**для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Современные эстрадные танцы»**  
(промежуточная диагностика)  
3 год обучения

**Цель:**

анализ уровня усвоения программного материала третьего года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Современные эстрадные танцы».

**Задачи:**

определение уровня теоретической подготовки учащихся;  
выявление степени сформированности практических умений и навыков;  
соотношение прогнозируемых и реальных результатов образовательной программы.

**Участники:** учащиеся третьего года обучения.

**Ход занятия**

**Задание 1**

Тест

*Инструкция:* прочитай вопрос и напиши правильный ответ.

1. Как переводится *rond de jambe par terre* (ронд де жамб партер)?

(Ответ: круг ногой по полу)

2. Значение *battement fondu* (батман фондю) в классическом танце.

Какие основные элементы используются?

(Ответ: «мягкий» батман, основной элемент - *cou-de-pied*)

3. Методика исполнения прыжка *echappe* (эшаппэ) – и.п., по каким позициям выполняется?

(Ответ: прыжок с двух ног на две, выполняется из первой позиции во вторую с зависанием в воздухе и из пятой позиции в четвертую)

4. Что обозначает термин *preparation*?

(Ответ: подготовка к движению)

5. Какие формы port de bras ты знаешь?

(Ответ: первая, вторая, третья и шестая формы)

6. Перечислите упражнения, входящие в экзерсис классического танца.

(Ответ: demi и grand plié, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, adagio, grand battement)

7. Какие вращения в классическом танце ты знаешь?

(Ответ: tours picse, tours chain s, пируэт)

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок ответил на 5-7 вопросов правильно.

*Средний* - ребёнок ответил на 4-2 вопроса правильно.

*Низкий* - ребёнок ответил на 1 вопрос правильно или не дал ни одного правильного ответа.

## **Задание 2**

Выполнение комплекса упражнений

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок качественно выполняет упражнения, согласовывает движения с музыкой.

*Средний* – ребёнок испытывает незначительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения согласуются с музыкой.

*Низкий* – ребёнок испытывает значительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения не согласовываются с музыкой. Требуется постоянная помощь педагог и дополнительные инструкции.

## **Задание 3**

Выполнение творческого задания

Команде дается связка в hip-hop стиле, команда должна придумать каким элементом необходимо её закончить. Исполнить связку.

*Вывод-оценка*

*Высокий* – умеет самостоятельно импровизировать под музыку, сочиняет несложные танцевальные композиции, эмоционально их исполняет.

*Средний* – может импровизировать под музыку и сочинять несложные танцевальные композиции, однако требуется незначительная помощь педагога.

*Низкий* – испытывает значительные затруднения при выполнении задания, требуется постоянная помощь педагога.

**Диагностический инструментарий**  
**для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Современные эстрадные танцы»**  
(промежуточная диагностика)  
4 год обучения

**Цель:**

Анализ уровня усвоения программного материала четвёртого года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Современные эстрадные танцы».

**Задачи:**

определение уровня теоретической подготовки учащихся;  
выявление степени сформированности практических умений и навыков;  
соотношение прогнозируемых и реальных результатов образовательной программы.

**Участники:** учащиеся четвёртого года обучения.

**Ход занятия**

Учебная группа делится на 3 подгруппы. Каждая подгруппа выбирает капитана. Задания подгруппам:

**Задание 1**

Тест

*Инструкция:* ответьте на вопросы теста. Побеждает команда, которая выполнила задание быстрее всех и дала все правильные ответы. За каждый правильный ответ команда получает 2 балла. Если команда дала неправильный ответ, то другая команда отвечает на данный вопрос и при правильном ответе получает 2 балла.

1. Сколько арабесков существует в классическом танце?

(Ответ: 4)

2. Что такое рисунок танца?

(Ответ: расстановка и передвижения исполнителей по планшету сцены)

3. Что обозначают понятия «контракшн» и «релиз» в современной хореографии?

(Ответ: контракшн – сжатие, релиз – раскрытие)

4. Перечислите основные позиции ног в современной хореографии

(Ответ: 6 позиций вывернутых и 6 позиций параллельных)

5. Что такое метро – ритмические характеристики?

(Ответ: чередование акцентных и неакцентных долей в музыке)

6. Какие основные части сценического пространства вы знаете?

(Ответ: планшет сцены, аванс сцена, кулисы).

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок ответил на 5-6 вопросов правильно.

*Средний* - ребёнок ответил на 4-2 вопроса правильно.

*Низкий* - ребёнок ответил на 1 вопрос правильно или не дал ни одного правильного ответа.

## **Задание 2**

Работа в командах:

Педагог называет движения, использующиеся в современных танцах, а учащиеся выполняют его.

Педагог оценивает качество выполняемых движений: синхронность, четкость, амплитуду движений.

*Вывод-оценка*

*Высокий* – ребёнок качественно выполняет упражнения, согласовывает движения с музыкой.

*Средний* – ребёнок испытывает незначительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения согласуются с музыкой.

*Низкий* – ребёнок испытывает значительные затруднения при выполнении упражнений, чаще всего движения не согласовываются с музыкой. Требуется постоянная помощь педагога и дополнительные инструкции.

## **Задание 3**

Выполнение творческого задания

Педагог предлагает детям послушать отрывок музыкального произведения и придумать танец в стиле в hip-hop.

*Критерии оценки выполнения творческого задания*

*Высокий уровень* – движения соответствуют предложенному танцевальному стилю, учащиеся работают согласовано, синхронно, движения выполняют качественно, рационально используют площадь учебного помещения.

*Средний уровень* – движения соответствуют предложенному танцевальному стилю, учащиеся чаще всего работают согласовано,

наблюдается несинхронность, не всегда движения выполняют качественно, а также не всегда рационально используется площадь учебного помещения.

*Низкий уровень* – движения не соответствуют предложенному танцевальному стилю, учащиеся работают несинхронно, движения выполняются не качественно, не рационально используется площадь учебного помещения.

**Диагностический инструментарий**  
**для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Современные эстрадные танцы»**  
(итоговый контроль)  
5 год обучения

**Цель:**

Анализ уровня усвоения программного материала пятого года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Современные эстрадные танцы».

**Задачи:**

определение уровня теоретической подготовки учащихся;  
выявление степени сформированности практических умений и навыков;  
соотношение прогнозируемых и реальных результатов образовательной программы.

**Участники:** учащиеся пятого года обучения.

**Ход занятия**

Учебная группа делится на 3 подгруппы. Каждая подгруппа выбирает капитана. Педагог даёт задания каждой подгруппе.

**Задание 1**

Тест

*Инструкция:* ответьте на вопросы теста. Побеждает команда, которая выполнила задание быстрее всех и дала все правильные ответы. За каждый правильный ответ команда получает 2 балла. Если команда дала неправильный ответ, то другая команда отвечает на данный вопрос и при правильном ответе получает 2 балла. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.

1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам (Ответ: станок).

2. Как называется обувь балерины?  
(Ответ: пуанты)
3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?  
(Ответ: полуприседание)
4. Международный день танца?  
(Ответ: 29 апреля)
5. Сколько точек направления в танцевальном классе?  
(Ответ: 8)
6. Назовите богиню танца.  
(Ответ: Терпсихора)
7. Направление движения или поворота к себе, во внутрь:  
(Ответ: *en dedans*)
8. Что означает *en face*?  
(Ответ: лицом к зрителям)
9. Первая позиция ног:  
(Ответ: пятки вместе, носки врозь)
10. Как называется балетная юбка?  
(Ответ: пачка)
11. Как называется подготовительное движение для исполнения упражнений?  
(Ответ: *preparation*)
12. Что такое партерная гимнастика?  
(Ответ: гимнастика на полу)
13. Какие универсальные позиции встречаются во всех направлениях от модерна до хип-хопа?  
(Ответ: параллельные, свободные, заворотные)
14. Назовите известные вам современные виды танцев  
(Ответ: джаз-модерн, контемп, свинг, джайв, твист, хип-хоп, рок-н-ролл)

## **Задание 2**

Работа в командах:

Педагог называет движения, использующиеся в современных танцах, а учащиеся выполняют его. (педагог оценивает качество выполняемых движений: согласовано, синхронно, движения выполняют качественно с необходимой амплитудой).

### Задание 3

#### Выполнение творческого задания

Педагог предлагает капитанам выбрать карточку с заданием.

На карточке написано задание, в каком стиле команда должна придумать танцевальную комбинацию. В танцевальной композиции необходимо использовать ранее изученные танцевальные элементы.

Предлагаются стили: модерн, хип – хоп, джаз.

#### *Критерии оценки выполнения творческого задания*

*Высокий уровень* – движения соответствуют предложенному танцевальному стилю, используются связки между элементами танца, отсутствуют необоснованные паузы, учащиеся работают согласовано, синхронно, движения выполняют качественно, рационально используют площадь учебного помещения.

*Средний уровень* – движения соответствуют предложенному танцевальному стилю, однако не всегда удачно подобраны связки между элементами танца, отмечаются необоснованные паузы, учащиеся чаще всего работают согласовано, синхронно, движения выполняют качественно, не всегда рационально используется площадь учебного помещения.

*Низкий уровень* – движения не всегда соответствуют предложенному танцевальному стилю, неудачно подобраны связки между элементами танца, отмечаются необоснованные паузы, учащиеся чаще всего работают не согласовано, движения выполняются не синхронно и не качественно, не рационально используется площадь учебного помещения.



**Сводный протокол результатов аттестации (контроля) учащихся  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Современные эстрадные танцы»  
на 20 \_\_\_/20 \_\_\_ учебный год**

Вид аттестации (контроля) \_\_\_\_\_

Творческое объединение \_\_\_\_\_

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_

№ группы \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ кол-во учащихся \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий) \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии (Ф.И.О., должность):  
\_\_\_\_\_

**Результаты аттестации (контроля)**

№ п/п	Ф.И. учащегося	Содержание аттестации	Результат аттестации			
			Предметные		Личностные	Метапредметные
			Теория	Практика		
1.		Выявление уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы				
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						

Всего аттестовано \_\_\_\_\_ учащихся. Из них по результатам аттестации:  
высокий уровень \_\_\_\_\_ чел., средний уровень \_\_\_\_\_ чел., низкий  
уровень \_\_\_\_\_ чел.

Подпись педагога \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Диагностические методики для оценки метапредметных и личностных результатов учащихся

#### *Уровень развития социально-психологической адаптации*

#### **Тест «Дерево»**

**(автор Д.Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко)**

Данная методика может использоваться для оценки успешности адаптации ребенка в начале обучения в творческом объединении. Методика позволяет достаточно быстро определить особенности протекания адаптационного процесса, выявить возможные проблемы ребенка. Дети, погружаясь в рисуночную деятельность, с удовольствием выполняют предложенные задания, легко отождествляют себя с тем или иным человечком.

#### ***Содержание методики.***

Учащимся предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков (но [без нумерации фигурок](#)).

*Не рекомендуется предлагать учащимся сразу подписывать на листе свою фамилию, так как это может повлиять на их выбор. (В момент, когда ребенок сдает лист с выполненным заданием, необходимо сказать учащемуся: «Подпиши»).*

#### ***Инструкция дается в следующей форме:***

«Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и разукрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер и разукрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть, на чьем месте вы хотели бы находиться».

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков.

*В этом случае не следует ограничивать их выбор, но необходимо зафиксировать, какой человек был отмечен в первую очередь, какой во*

вторую, так как соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.

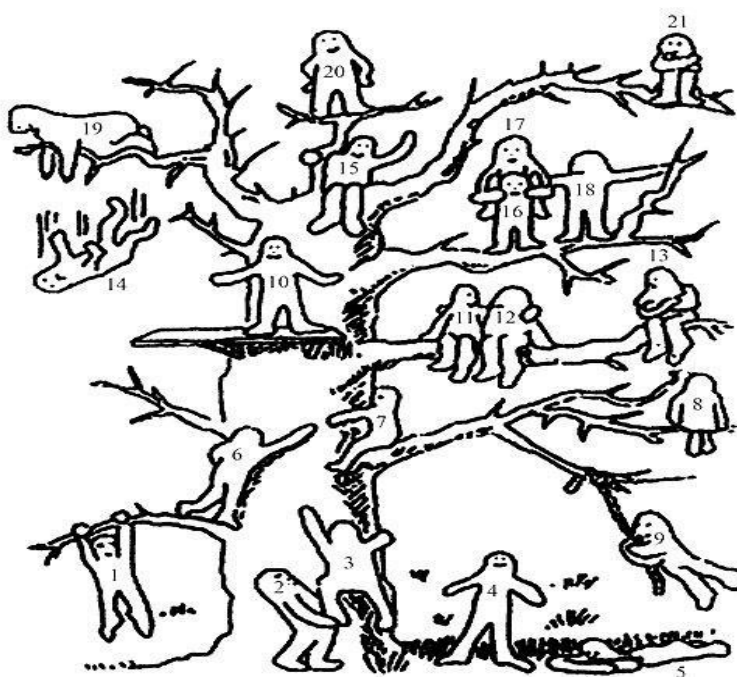
### **Интерпретация результатов.**

Интерпретация результатов методики дерево с человечками проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ученик, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Интерпретация разработана с учетом опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением учеников, данных, полученных от учителей и родителей, из беседы с ребенком.

Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Следует заметить, что позицию № 16 учащиеся не всегда понимают, как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.



### *Характеристика выбранного человечка*

№ позиции фигурки	Характеристика
1, 3, 6, 7	характеризует установку на преодоление препятствий
2, 11, 12, 18, 19	общительность, дружескую поддержку
4	устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности)

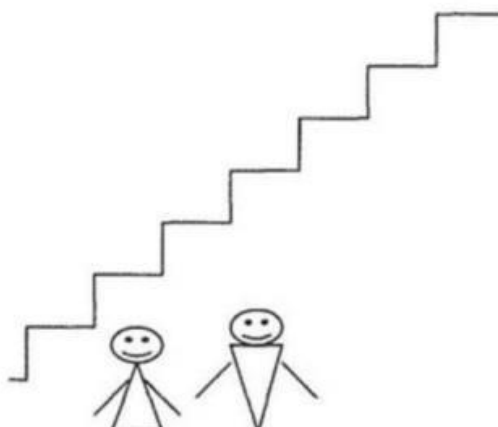
5	утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость
9	мотивация на развлечения
13, 21	отстраненность, замкнутость, тревожность
8	отстраненность от учебного процесса, уход в себя
10, 15	комфортное состояние, нормальная адаптация
14	кризисное состояние, «падение в пропасть»
20	часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство

### *Уровень развития самооценки*

### **Методика «Лесенка» В.Г.Щур**

**Цель методики** - исследование самооценки детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

#### **Стимульный материал**



#### **Инструкция**

«Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?»

После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, учитель».

#### **Процедура проведения**

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый

– трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если учащийся не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

### **Интерпретация результатов**

*Неадекватно завышенная самооценка.* Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

*Завышенная самооценка.* После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

*Адекватная самооценка.* Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

*Заниженная самооценка.* Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Для детей 7-10 лет адекватной считается самооценка, при которой ребенок несколько положительных качеств отмечает на верхней части лесенки, а одно-два качества - в середине лесенки или несколько ниже. Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку - ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

### *Уровень развития мотивации к занятиям*

## **АНКЕТА**

### **«Мотивация к посещению занятий по дополнительным образовательным программам»** (адаптированная, модифицированный вариант Н.Г. Лускановой)

Методика предназначена для детей 6 – 8 летнего возраста.

Подобрано 10 вопросов, наилучшим образом отражающих отношение детей к занятиям по дополнительным образовательным программам.

Вопросы зачитываются экспериментатором вслух, предлагаются варианты ответов, а дети должны записать те ответы, которые им подходят.

Инструкция: «Сейчас я буду зачитывать вопросы, которые описывают ваше отношение к занятиям в Центре творчества. Послушайте их внимательно. К каждому вопросу предлагается 3 варианта ответа. Выберите тот вариант, который вам подходит, и запишите букву этого варианта рядом с номером соответствующего вопроса».

#### ***Вопросы анкеты***

*1. Как ты чувствуешь себя на занятиях в Центре творчества?*

- а) Мне нравится посещать занятия.
- б) Мне не очень нравится посещать занятия.
- в) Мне не нравится посещать занятия.

*2. С каким настроением ты идешь на занятия в Центр творчества?*

- а) С хорошим настроением.

- б) Бывает по-разному.
- в) Чаще хочется остаться дома.

3. Если бы тебе сказали, что завтра на занятия в Центр творчества не обязательно приходите всем детям, как бы ты поступил?

- а) Пошел бы на занятия.
- б) Не знаю.
- в) Остался бы дома.

4. Как ты относишься к тому, что у вас отменяют занятия?

- а) Мне не нравится, когда отменяют занятия.
- б) Бывает по-разному.
- в) Мне нравится, когда отменяют занятия.

5. Как ты относишься к домашним заданиям?

- а) Я хотел бы, чтобы домашние задания были.
- б) Не знаю, затрудняюсь ответить.
- в) Я хотел бы, чтобы домашних заданий не было.

6. Хотел бы ты, чтобы в Центре творчества были одни перемены?

- а) Нет, не хотел бы.
- б) Не знаю.
- в) Да, я хотел бы, чтобы в Центре творчества были одни перемены.

7. Рассказываешь ли ты о занятиях в Центре творчества своим родителям или друзьям?

- а) Рассказываю часто.
- б) Рассказываю редко.
- в) Вообще не рассказываю.

8. Как ты относишься к педагогу, который проводит занятия?

- а) Мне нравится педагог.
- б) Не знаю, затрудняюсь ответить.
- в) Я хотел бы, чтобы у нас был другой педагог.

9. Есть ли у тебя друзья в учебной группе?

- а) У меня много друзей в учебной группе.
- б) У меня мало друзей в учебной группе.
- в) У меня нет друзей в учебной группе.

10. Как ты относишься к ребятам, которые занимаются в вашей учебной группе?

- а) Мне нравятся ребята, которые занимаются со мной в одной группе.
- б) Мне не очень нравятся ребята, которые занимаются со мной в одной группе.
- в) Мне не нравятся ребята, которые занимаются со мной в одной группе.





## *Уровень развития коммуникативных способностей*

### **Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)**

**Цель:** оценить степень развития коммуникативных умений по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества.

**Возраст:** 7 – 8 лет.

**Форма (ситуация оценивания):** работа учащихся в парах.

**Описание задания:** Детям, сидящим парами, дают по одному изображению рукавички и просят украсить их так, чтобы они составили пару, т.е. были бы одинаковыми.

**Инструкция:** «Дети, перед Вами лежат две нарисованные рукавички и карандаши. Рукавички надо украсить так, чтобы получилась пара, - для этого они должны быть одинаковыми. Вы сами можете придумать узор, но сначала надо договориться между собой, какой узор рисовать, а потом приступать к рисованию».

**Материал:** Каждая пара учащихся получает изображение рукавиц (на правую и левую руку) и по одинаковому набору карандашей.

#### **Критерии оценивания:**

*продуктивность* совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;

умение детей *договариваться*, приходить к общему решению, умение убеждать, аргументировать и т.д.;

*взаимный контроль* по ходу выполнения деятельности: замечают ли дети друг у друга отступления от первоначального замысла, как на них реагируют;

*взаимопомощь* по ходу рисования;

*эмоциональное отношение* к совместной деятельности: позитивное (работают с удовольствием и интересом), нейтральное (взаимодействуют друг с другом в силу необходимости) или отрицательное (игнорируют друг друга, ссорятся и др.).

#### **Показатели уровня выполнения задания:**

*низкий уровень* – в узорах явно преобладают различия или вообще нет сходства; дети не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, настаивают на своем;

*средний уровень* – сходство частичное: отдельные признаки (цвет или форма некоторых деталей) совпадают, но имеются и заметные отличия;

*высокий уровень* – рукавички украшены одинаковым или весьма похожим узором; дети активно обсуждают возможный вариант узора; приходят к согласию относительно способа раскрашивания рукавичек; сравнивают способы действия и координируют их, строя совместное действие; следят за реализацией принятого замысла.

### *Уровень развития творческих способностей*

#### **Тест «Незаконченный рисунок»** (автор Э. П. Торренс)

Является невербальным и охватывает такие параметры мышления, как беглость, точность, воображение и оригинальность. Тест предназначен для оценки **способностей** детей в возрасте от 5 лет и старше.

Тестом предусматривается выполнение испытуемыми таких заданий, как конструирование картин, завершение начатой картинки, использование параллельных линий или кругов составления изображения.

**Цель:** исследование **творческих способностей** детей старшего дошкольного возраста, включая такие параметры, как беглость (легкость, гибкость, оригинальность и точность мышления, а также воображение.

**Материал:** Лист бумаги с изображением 10 контуров, простой или черный карандаш.

Задания для учащихся:

Из каждого контура изобразить с помощью дополнительных элементов различные образы.

#### **Оценка результатов:**

При интерпретации полученных данных, обращается внимание на беглость, гибкость и оригинальность полученных ответов. Беглость связывается с общим количеством ответов. Максимальное количество баллов – 3, минимальное – 0.

Гибкость оценивают по количеству используемых категорий в содержании рисунков.

Отказ – 0, максимальное – 3 балла. Оригинальность разных категорий оценивается по баллам:

- 1 – звери, пища, транспорт;
- 2 – игрушки, человек;
- 3 – герой сказок, одежда, птицы, растения;
- 4 – мебель, рыбы;
- 5 – насекомые, техника;

6 – предметы туалета, светильники, музыкальные инструменты, постельные принадлежности.

Характер рисунка должен составлять воспроизведение тождественного контура рядом с основным, прикрепление к бумаге без названия рисунка и дорисовывания.

Дорисовывание с минимальным количеством линий, при котором обыгрывается традиционное использование контура (*огурец, солнышко и т. д.*) – 1 балл. Рисунок состоит из дополнительных элементов, соединенных с основным контуром (*человек, кораблик, дорожка в саду*) – 2 балла. Основной контур является частью в других предметах или их деталью – 3 балла. Рисунок содержит определенный сюжет, выражает некоторые действия – 4 балла. Рисунок включает в себя несколько изображений или **предметов**, раскрывающих его тему, которая подчинена одному смысловому центру, связанному с основным контуром – 5 баллов.

Все дети должны набрать 6 – 9 баллов; получив по 1 – 2 баллу за беглость, гибкость, оригинальность и 3 – 4 балла за характер рисунка.

Норма не зависит от возраста, который влияет только на изменение стимульного материала. При большом количестве баллов (*11 и выше*) можно говорить о высоких **творческих способностях ребенка**, его одаренности. Дети, набравшие меньше 2 – 3 баллов, практически не обладают **творческими способностями**, хотя могут иметь высокий интеллектуальный уровень.

*Уровень развития организационно-волевых качеств  
(терпение, воля, самоконтроль)*

### **Тест на развитие волевых качеств**

1. Если это необходимо, я до конца выполняю даже скучную, однообразную работу.
  - Да
  - Нет
2. Обычно я работаю до тех пор, пока есть желание.
  - Да
  - Нет
3. Мне нравится решать трудные задачи, головоломки, все что называют «крепким орешком».
  - Да
  - Нет

4. Даже если в работе не все получается, я стараюсь продолжать начатое дело.

- Да
- Нет

5. Я много раз пытался планировать свой день, но не смог выполнить намеченного.

- Да
- Нет

6. По возможности, я избегаю трудной работы.

- Да
- Нет

7. Если у меня что-то не получается, я делаю это еще и еще раз.

- Да
- Нет

8. Установив распорядок дня, я тщательно его соблюдаю, даже когда мне этого не хочется.

- Да
- Нет

9. При затруднении я часто начинаю сомневаться, стоит ли продолжать начатую работу.

- Да
- Нет

10. Если мне кто-то не позволяет сделать то, что я хочу, я все равно стараюсь выполнить задуманное.

- Да
- Нет

11. Когда что-то не ладится, я нетерпелив и готов послать всех к «черту».

- Да
- Нет

12. Когда я играю в шахматы или другую игру, то сопротивляюсь до последнего.

- Да
- Нет

13. В споре я часто не стремлюсь переубедить других.

- Да
- Нет

14. Я всегда стараюсь до конца выполнить порученное дело, несмотря на возникающие трудности.

- Да
- Нет
- 15. Я всегда отстаиваю свое мнение, если уверен, что прав.
  - Да
  - Нет
- 16. При решении трудной задачи я стараюсь сам разобраться в ней, не надеюсь на помощь других.
  - Да
  - Нет
- 17. В споре я обычно тушуюсь перед напором оппонента.
  - Да
  - Нет
- 18. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я могу работать сколько угодно, даже если мне будут мешать.
  - Да
  - Нет

*Оценка результатов теста:*

Ответ «Да» - 1 балл.

«Нет» - 0 баллов.

*Подсчет результатов:*

0-6 баллов низкий уровень (чаще всего не достигает желаемого результата);

7-12 баллов средний уровень (стремится достичь желаемого результата, несмотря на временные неудачи);

13-18 баллов высокий уровень (практически всегда достигает желаемого результата).

*Уровень развития личностных качеств*

### **Методика «Рисунок человека»**

Проективные возможности методики ограничены возрастом ребенка, не целесообразно применять их на детях младше 5 лет.

Цель: определение индивидуальных особенностей личности.

Ребёнку дают простой карандаш и лист бумаги А4 и просят создать рисунок.

На основе интерпретации характера прорисовки фигуры человека и его частей можно выявить некоторые общие тенденции в развитии личности ребенка, определить в общих чертах его трудности, конфликты, эмоциональный фон.

Инструкция: «Нарисуй, пожалуйста, человека, какого хочешь». На вопросы следует отвечать уклончиво («Любого», «Рисуй, какого хочешь»).

После того, как ребенок закончил рисовать, необходимо попросить его рассказать о нарисованном им «человеке». Желательно, чтобы вопросы были косвенными: «Как ты думаешь, с кем он дружит?», «Как тебе кажется, у него много друзей?» или альтернативными: «Как тебе кажется, он любит драться или нет?», «Как ты думаешь, он с кем-нибудь дружит или нет?».

Обработка графической информации.

Рисунок ребёнка необходимо оценить по следующим пунктам:

У человека нарисована голова.

У него две ноги.

Две руки.

Туловище достаточно отделено от головы.

Длина и ширина туловища пропорциональны.

Плечи хорошо прорисованы.

Руки и ноги соединены с туловищем правильно.

Места соединения рук и ног с туловищем ясно выделены.

Шея ясно просматривается.

Длина шеи пропорциональна размерам тела и головы.

У человека нарисованы глаза.

У него нарисован нос.

Нарисован рот.

Нос и рот имеют нормальные размеры

Видны ноздри. Нарисованы волосы.

Волосы прорисованы хорошо, они равномерно покрывают голову.

Человек нарисован в одежде.

По крайней мере, нарисованы основные части одежды (брюки и пиджак/рубашка).

Вся одежда, изображенная помимо указанной выше, хорошо прорисована.

Одежда не содержит абсурдных и неуместных элементов.

На руках изображены пальцы.

На каждой руке пять пальцев.

Пальцы достаточно пропорциональны и не слишком растопырены.

Большой палец достаточно хорошо выделен.

Хорошо прорисованы запястья.

Прорисован локтевой сустав.

Прорисован коленный сустав.

Голова имеет нормальные пропорции по отношению к телу.

Руки имеют такую же длину, что и туловище, или длиннее, но не более чем в два раза.

Длина стоп равна примерно  $1/3$  длины ног.

Длина ног равна примерно длине туловища или длиннее, но не более чем вдвое.

Длина и ширина конечностей пропорциональны.

На ногах можно различить пятки.

Форма головы правильная.

Форма тела в целом правильная.

Очертания конечностей переданы правильно.

Грубые ошибки в передаче остальных частей отсутствуют.

Уши хорошо различимы.

Уши находятся на своем месте, и имеют нормальные размеры.

На лице прорисованы ресницы и брови.

Зрачки расположены правильно.

Глаза пропорциональны размерам лица.

Человек смотрит прямо перед собой, глаза не скошены в сторону.

Четко различимы лоб и подбородок.

Подбородок отделен от нижней губы.

Чем рисунок ребенка ближе к этому образцу, тем выше уровень его развития. Присвойте каждому положительному ответу 1 балл и суммируйте полученные баллы.

Нормально умственно развитый ребенок должен набрать в соответствии со своим возрастом указанные внизу очки:

5 лет – 10 очков.

6 лет – 14 очков.

7 лет – 18 очков.

8 лет – 22 очков.

9 лет – 26 очков.

10 лет – 30 очков.

11 лет – 34 очка.

12 лет – 38 очков.

13 лет – 42 очка.

14 лет – свыше 42 очков.

В пользу ребенка говорят такие дополнительные детали рисунка, как трость, портфель, роликовые коньки и т.д., но при условии, что эта деталь является уместной в данном рисунке или даже необходимой для данного изображения (меч для воина).

## *Символическое значение фигуры человека*

### *Прорисовка рук.*

Широко расставленные в сторону руки могут свидетельствовать о потребности в широком круге социальных контактов. Опущенные руки, напротив, - в узком круге общения.

Сочетание широко расставленных в сторону рук с преувеличенно большими кистями, как правило, свидетельствует о наличии у ребенка выраженной, но не удовлетворенной потребности в общении, а, следовательно, и о неблагополучии его взаимоотношений с окружающими.

Рисунок человека с опущенными руками и хорошо прорисованными кистями интерпретируется как показатель высокой избирательности (но не закрытости) в общении.

Отсутствие кистей рук свидетельствует о сниженной практике общения ребенка. При этом потребность в общении не обязательно снижена. Она может быть очень высокой, но в силу неблагоприятно складывающихся взаимоотношений – подавленной, загнанной внутрь.

Если руки длинные и широко расставлены без кистей, можно предположить, что общение ребенка имеет широкой, но формальный и поверхностный характер.

Если кисти рук отсутствуют у человека с опущенными руками, можно сделать предположение, что сниженная потребность в общении сочетается с его эмоциональной бедностью. Такой характер общения связан с нарушениями эмоционального развития ребенка, а не с отрицательным опытом взаимодействия.

Длина рук часто рассматривается как показатель потребности в самостоятельности, автономности: чем длиннее руки, тем больше потребность.

Изображение кистей рук в виде кулаков, прорисовка пальцев в виде длинных палочек рассматриваются как признаки агрессивных тенденций.

Если ребенок штрихует руки или вообще их не рисует, это свидетельствует о трудностях в социальных контактах, с которыми у него связано чрезмерное эмоциональное напряжение.

### *Прорисовка пупка.*

Указывает на проявление эгоцентризма. Эгоцентризм имеет характер личностной особенности и связан с эгоистичной направленностью личности.

### *Изображение головы.*

Профильное изображение головы или изображение человека со спины рассматривается как проявление закрытости ребенка, ухода от общения. Это своеобразная защита от негативных переживаний, связанных с



возникающими в общении трудностями, а не сниженная потребность в общении.

#### *Изображение линии земли.*

Это показатель чувства тревоги, неуверенности ребенка, отражающее его реальное положение в системе взаимоотношений с другими.

С помощью методики «Рисунок человека» можно выявить такие общие тенденции в личностном развитии, как демонстративность, тревожность, агрессивность.

#### *Демонстративность.*

Как правило, такие дети успешны в игровой деятельности, с ними охотно и часто контактируют сверстники, что создает впечатление успешности их взаимоотношений. Однако у таких детей могут возникать проблемы в семье и в группе из-за их повышенной потребности во внимании.

О демонстративных тенденциях ребенка свидетельствует степень декорированности фигуры человека. У девочек – это пышное платье человека, корона и др. У мальчиков – множество разнообразных, необычных карманов, нашивок, необычных шляп. На демонстративность может указывать размер фигуры. Рисунок может быть таким крупным, что с трудом помещается на листе.

Встречаются дети, которые испытывают потребность во внимании, но не могут ее полностью реализовать в силу присущей им тревожности. Рисуя человека, такие дети изображают себя в виде принцессы или других необычных персонажей, за счет украшения своего образа. При такой компенсаторной демонстративности ноги либо вообще отсутствуют, либо рисуются с нарушением пропорций – чаще всего они чрезмерно длинные.

#### *Тревожность.*

В «Рисунке человека» на тревожность указывают особенности самого процесса рисования. Тревожный ребенок часто обращается к экспериментатору за поддержкой и одобрением, спрашивает, все ли он правильно делает. Нажим на карандаш очень силен. О крайней степени тревожности свидетельствует «тревожная линия» (ребенок рисует контуры не сплошной линией, а косыми штрихами).

Тревожный ребенок имеет тенденцию исправлять рисунок, при этом исправления не приводят к улучшению.

Для рисунка тревожного ребенка характерна штриховка, которая, как правило, очень размашиста и выходит за контур. Если штрихуются руки человека, то можно предположить, что в первую очередь социальные контакты вызывают у ребенка наибольшее эмоциональное напряжение и являются источником его тревожности.

О тревожности свидетельствует и подчеркнутая прорисовка глаз, их преувеличенных размер, особенно если глаза зачернены.

Характерная особенность тревожного человека – преувеличенное внимание к деталям. На них он как бы застревает, не решаясь закончить рисунок. Многие тревожные дети пересчитывают на рисунке пальцы рук, рисуют большое количество пуговиц.

#### *Агрессивность.*

Стремление доминировать над сверстниками, прибегать к силе как средству привлечения внимания или разрешения конфликтов, как правило, является причиной трудностей в общении, которые возникают у агрессивных детей. Такие дети часто оказываются в изоляции, что провоцирует их на новые агрессивные реакции.

В рисунке человека о наличии у ребенка агрессивных тенденций могут свидетельствовать преувеличенные кулаки, длинные растопыренные пальцы. На наличие вербальных форм агрессии, как правило, указывают подчеркнутая прорисовка рта, изображение его приоткрытым.

***Сводная таблица уровня развития личностных качеств учащихся***

Название объединения \_\_\_\_\_

Фамилия, имя, отчество педагога \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_

	Фамилия, имя учащегося	Уровень развития адаптационных способностей		Уровень самооценки		Уровень мотивации		Уровень коммуникации		Уровень развития творческих способностей		Уровень развития организационно-волевых качеств		Уровень развития личностных качеств	
		Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															

*Условные обозначения:*

Н.Г. – начало учебного года

К.Г. – конец учебного года

**Карта наблюдений для оценки метапредметных результатов  
(младший школьный возраст)**

№ п/п	Метапредметные образовательные результаты	Фамилия, имя учащегося						
<b>I. Регулятивные</b>								
1.1	Умеет принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности							
1.2	Умеет действовать по плану и планировать свою деятельность							
1.3	Умеет контролировать процесс и результаты своей деятельности, включая осуществление предвосхищающего контроля в сотрудничестве с учителем и сверстниками							
1.4	Умеет адекватно воспринимать оценки и отметки							
1.5	Умеет различать объективную трудность задачи и субъективную сложность							
1.6	Умеет взаимодействовать со взрослыми и со сверстниками в учебной деятельности							
	Количество баллов Уровень развития: Высокий – 18 б. Средний – 12 б. Низкий – 6-0 б.							
<b>II. Познавательные</b>								
2.1	Умеет самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели							
2.2	Умеет находить и выделять необходимую информацию							
2.3	Умеет применять методы информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств							
2.4	Умеет производить простые логические действия (анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.)							
	Количество баллов Уровень развития: Высокий – 12 б. Средний – 8 б.							

	Низкий – 4-0 б.								
<b>Коммуникативные</b>									
3.1	Умеет вступать в учебный диалог с педагогом, детьми, участвовать в общей беседе, соблюдая правила речевого поведения								
3.2	Умеет задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения								
3.3	Умеет строить небольшие монологические высказывания, осуществлять совместную деятельность в парах и рабочих группах с учётом конкретных учебно-познавательных задач								
3.4	Умеет организовать и осуществить сотрудничество и кооперацию с педагогом и сверстниками								
3.5	Умеет объяснять свой выбор, строить фразы, отвечать на поставленный вопрос, аргументировать								
3.6	Умеет работать в парах и малых группах								
3.7	Умеет учитывать позицию собеседника (партнера)								
	Количество баллов Уровень развития: Высокий – 21 б. Средний – 14 б. Низкий – 7-0 б.								
	Общее количество баллов  Вывод-оценка: 51-37 б. высокий 36-18 б. средний 17-0 б. низкий								

**Критерии оценки:**

Проявляется всегда – 3 б.

Проявляется не всегда – 2 б.

Проявляется крайне редко – 1 б.

Не проявляется – 0