

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 29.08.2025 № 9

«Утверждаю»
директор ТОГБОУ ДО
«Центр развития творчества
детей и юношества»
Н.В. Ногтева
Приказ от 30.08.2025 № 464

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Современные эстрадные танцы»
(базовый уровень)

Возраст учащихся: 8-14 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Юмашева Екатерина Геннадьевна,
педагог дополнительного образования

Тамбов, 2025

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные эстрадные танцы»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Юмашева Екатерина Геннадьевна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база:	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);</p> <p>приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции 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	Базовый
4.5. Вид программы	Общеразвивающая
4.6. Образовательная область	Хореография
4.7. Форма обучения	Очная
4.8. Возраст учащихся по программе	8-14 лет
4.9. Продолжительность обучения	5 лет

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

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные эстрадные танцы» (далее - Программа) имеет художественную направленность, уровень освоения – базовый. Ориентирована на детей и подростков от 8 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 («гибкие навыки»), духовно-волевые качества учащихся, а также хореографические способности и артистизм детей.

Актуальность программы

Одной из актуальных задач современного образования является развитие творческих способностей детей и подростков, а также формирование у них ключевых компетенций, которые в дальнейшем помогут им реализовать свой потенциал и добиться успеха в жизни.

Хореографическое творчество представляет собой одно из эффективных средств всестороннего развития подрастающего поколения. Продуктивность художественного воспитания средствами хореографии обусловлена синтетической природой этого вида искусства, гармонично объединяющего музыку, ритмику, театр и пластику движений.

Хореография включает в себе многообразие форм художественного воспитания. Именно хореографическое искусство наиболее полно способствует развитию зрительного, слухового и двигательного восприятия, обогащает чувственный и эмоциональный опыт познания мира, снижает умственное утомление и служит дополнительным стимулом для мыслительной активности.

Актуальность программы «Современные эстрадные танцы» также продиктована растущей потребностью общества в развитии творческого потенциала и социально значимых качеств детей и подростков, в приобщении юного поколения к здоровому образу жизни и общечеловеческим ценностям.

Новизна программы «Современные эстрадные танцы» заключается в уникальном синтезе соматических практик, здоровьесберегающих технологий и цифрового видеоанализа. Такой подход позволяет воспитать не просто исполнителя, а танцора-исследователя, который мыслит телом, анализирует движение и бережно относится к своему здоровью.

Соматические практики — это методы осознанной работы с телом, основанные на внимании к внутренним ощущениям. Их применение помогает снимать мышечные зажимы и стресс, что особенно актуально для современных детей.

В свою очередь, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс не только способствует сохранению физического и психического здоровья учащихся, но и закладывает основу для формирования у детей осознанной мотивации к здоровому образу жизни.

Поскольку цифровая среда прочно вошла в жизнь современных детей, программа использует эту особенность как образовательный ресурс. Включение в занятия цифрового видеоанализа (запись, просмотр и анализ танцевальных фрагментов) позволяет детально разобрать уровень исполнения движений, оценить синхронность, четкость и выразительность образа, наглядно увидеть ошибки и найти пути их исправления.

Таким образом, синтез данных компонентов формирует танцора, способного осознанно работать с собственным телом, раскрывать творческий потенциал через движение и ответственно относиться к своему физическому и эмоциональному состоянию.

Ключевыми отличиями данной программы являются:

учет потребностей разных категорий детей при организации образовательного процесса;

вариативность обучения (возможность выстраивания индивидуального образовательного маршрута или траектории);

применение широкого спектра методов диагностики для отслеживания индивидуальных особенностей и достижений каждого учащегося;

наличие профориентационной составляющей.

Технологической основой реализации программы «Современные эстрадные танцы» является использование индивидуальных образовательных маршрутов. Данный подход обеспечивает успешное освоение содержания программы для разных категорий учащихся: детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ), детей-инвалидов, одаренных и высокомотивированных детей.

Педагогическая целесообразность программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Современные эстрадные танцы» решает задачи не только хореографического образования,

но и личностного развития: через освоение разных стилей танца, раннюю профориентацию и формирование гибких навыков. Вариативность содержания помогает для каждого ребёнка выстроить индивидуальную образовательную траекторию, соответствующую зоне его ближайшего развития.

Программа имеет базовый уровень освоения и направлена на всестороннее развитие учащихся.

В процессе обучения дети:

изучат теорию хореографии и освоят современные направления танца; применяют полученные знания на практике, совершенствуя исполнительское мастерство;

смогут обрести и развить свой неповторимый стиль;

получат возможность заявить о себе, участвуя в творческих конкурсах и фестивалях регионального, всероссийского и международного уровней.

Также в ходе реализации программы уделяется особое внимание воспитанию подрастающего поколения, что соответствует актуальным запросам общества и государственной политики. В связи с этим в ежегодный репертуарный план включаются номера патриотической направленности.

Адресат программы

Программа «Современные эстрадные танцы» предназначена для детей 8-14 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям хореографией. Состав группы может быть разновозрастной. По данной программе (в рамках инклюзивного образования) 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. Для детей, проявляющих способности и таланты осуществляется разработка индивидуального образовательного маршрута (Приложение 4).

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 разнообразными 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 8–10 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 8-10 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.

Подростковый возраст (11-14 лет) - это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств.

В этот период происходят количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет. С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений.

У детей данного возраста достаточно высокими темпами улучшаются силовые и скоростно-силовые способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Также у подростков повышается возбудимость нервной системы. Нередко, появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость и острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - что исходит из-за желания быть и считаться взрослым.

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

В группы первого года обучения принимаются дети, успешно освоившие программу «Территория танца» (ознакомительный уровень, 2 года обучения), и вновь прибывшие, уже имеющие опыт занятий хореографией (начальный уровень подготовки).

В группы второго, третьего, четвертого и пятого года могут зачисляться вновь прибывающие учащиеся при наличии определенного уровня подготовки и интереса к данной деятельности. С данными учащимися проводится входная диагностика, которая позволяет определить уровень развития специальных навыков, необходимых для освоения программы (Приложение).

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. Группа может состоять из учащихся одного возраста или быть разновозрастной. Наполняемость учебной группы 12-14 человек.

Объем и срок освоения программы:

Срок реализации программы составляет 5 лет обучения.

1-й год обучения – 144 часа;

2-й и последующие года обучения – 216 часов.

Объём программы – 1008 часов.

Формы и режим занятий

Форма обучения: очная, при необходимости, в ходе реализации программы возможно частичное использование дистанционных технологий.

Режим занятий

Первый год обучения: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, перерыв между занятиями – 10 минут. Длительность занятия – 45 минут.

Второй и последующие годы обучения: 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.

При использовании дистанционной формы обучения продолжительность занятия составляет 20 минут с перерывом 10 минут.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

групповая, работа в малых группах, индивидуальная. Индивидуальная работа с учащимися применяется для углубленного изучения трудных тем, а

также в рамках подготовки солистов к участию в творческих конкурсах и фестивалях.

Формы занятий

Занятие-путешествие, комбинированное занятие, занятие-игра, занятие-практикум, занятие-концерт, мастер-класс.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование базовых знаний, умений и навыков в области современной хореографии, развитие творческих способностей учащихся посредством освоения различных стилей и техник современного танца, профориентация через погружение в мир танцевальных профессий.

1.3. Содержание программы

Первый год обучения

Задачи

Обучающие:

пополнить знания учащихся об истории возникновения и этапах развития современных направлений танцев;

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;

познакомить детей с профессией педагога-хореографа (учитель танцев).

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;

развивать слуховое и зрительное внимание, двигательную память;

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

совершенствовать физические способности, укрепление здоровья;

укреплять костно-мышечный аппарат, развивать силу и выворотность ног;

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

развивать художественный вкус, формировать сценическую и общую культуру учащихся;

развивать физические качества, укреплять здоровье через занятия.

Воспитательные:

формировать устойчивый интерес к дополнительным занятиям;

сформировать внешний облик будущего танцора;

способствовать формированию адекватной самооценки;

воспитывать стремление ребёнка к творческой самореализации и самосовершенствованию.

Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	4	3	1	Начальная диагностика
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	32	5	27	Тематический контроль
1.1.	Упражнения для головы	6	1	5	
1.2.	Упражнения для плеч	6	1	5	
1.3.	Упражнения для рук	6	1	5	
1.4.	Упражнения для корпуса	7	1	6	
1.5.	Упражнения для ног	7	1	6	
2.	Партерная гимнастика	42	4	38	Тематический контроль

2.1.	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	14	2	12	
2.2.	Упражнения на укрепление спины и пресса	14	1	13	
2.3.	Работа над стопами и выворотностью	14	1	13	
3.	Танцевальные элементы	14	4	10	Тематический контроль
4.	Игры. Импровизация	7	1	6	
5.	Постановочно-репетиционная работа	16	1	14	
6.	Элементы акробатики	15	3	12	Тематический контроль
6.1.	Базовые упражнения	10	2	8	
6.2.	Балансировочные упражнения	5	1	4	
7.	Динамические перемещения	10	2	8	Тематический контроль
8.	Знакомство с профессиями	2	2	-	
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)
Итого:		144	26	118	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы первого года обучения. История и основные этапы развития современного танца.

Практика – начальная диагностика. Проверка хореографических данных учащихся, навыков и способностей.

Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация

1.1. Тема «Упражнения для головы»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для головы. Понятие *Isolation* (изоляция).

Практика – разучивание комплекса упражнений:

наклоны головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;

наклоны головы с фиксацией вперёд, прямо и назад;

повороты головы с фиксацией к правому плечу, прямо и к левому плечу;

круговые движения головой.

1.2. Тема «Упражнения для плеч»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для плеч.

Практика – разучивание комплекса упражнений:

одновременное поднятие плеч с акцентом вверх и вниз;

twist плеч – резкая смена направлений движения, одно плечо вперёд, другое назад, или одно вниз, другое вверх;

шейк плеч – потряхивающее движение расслабленным плечевым поясом;

шейк по кругу.

1.3. Тема «Упражнения для рук»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, позиции рук (1, 2, 3), правила выполнения упражнений для рук.

Практика – разучивание комплекса упражнений:

сгибание в локтевом суставе со стороны до плеча и обратно в сторону;

большие круговые движения руками (руки через 1-ю поднимаются в 3-ю и раскрываются во 2-ю, затем опускаются в подготовительную);

малые круговые движения руками (руки через 1-ю позицию раскрываются во 2-ю и возвращаются обратно);

«Моторчик».

1.4. Тема «Упражнения для корпуса»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для корпуса. Понятие Contraction (сжатие).

Практика – разучивание комплекса упражнений:

повороты корпуса;

наклоны в сторону;

наклоны вперёд, в сторону «Складочка»;

Port de bras (пор де бра);

круговые движения корпусом.

1.5. Тема «Упражнения для ног»

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

Практика – разучивание комплекса упражнений:

приседание (plie) по 6-ой позиции;
подъём на полупальцы (releve);
сочетание plie and releve;
тройное переступание, на счёт «три» нога задерживается впереди согнутой в колене;
шаг с приставкой.

Раздел 2. Партерная гимнастика

2.1. Тема «Упражнения на развитие гибкости и растяжки»

Теория – элементы классического тренажа: Battement tendu, Battement tendu jete, Rond, Grand battement. Виды исходных положений, правила выполнения упражнений. Понятие Floorwork (партер).

Практика – разучивание комплекса упражнений:

Battement tendu в сторону, вперёд;

Battement tendu jete вперёд;

Rond ногой вперёд до стороны и обратно в исходное положение;

Grand battement по направлению вперёд и в сторону.

2.2. Тема «Упражнения на укрепление спины и пресса»

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

Практика – разучивание комплекса упражнений:

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

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

«Уголок» по направлению epaulement в восьмую и вторую точку танцевального класса;

«Кошечка» с совмещением с «коробочкой», и с подготовкой к «мостику»;

«Мостик»;

«Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника);

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

Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.

2.3. Тема «Работа над стопами и выворотностью»

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

Практика – разучивание комплекса упражнений:

«Бабочка» - раскрыть колени, свести стопы и прижать колени к полу;

«Угол» - ноги вытянуть в стороны, носки смотрят вверх, пятки прижать к полу. Лечь животом на пол;

«Паук» - вытянуть ноги перед собой, носки смотрят в стороны, ноги слегка согнуты в коленях. Обхватить пальцы стопы, носок натянуть на себя, пятку вперед, выпрямить ногу.

Раздел 3. Танцевальные элементы

Теория – названия танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения. Характер музыки. Строение музыкального произведения.

Практика – разучивание танцевальных шагов: академический шаг, приставной шаг, «Галоп по кругу», «Шаг польки», «Моторчик» с шагом приставкой и в конце хлопок, «Танец маленьких утят».

Раздел 4. Игры. Импровизация

Теория – названия игр, правила игры, правила взаимодействия участников друг с другом в ходе игры.

Практика - развивающие подвижные 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

6.1. Тема «Базовые упражнения»

Теория – исходные положения при выполнении базовых элементов. Правила выполнения базовых элементов. Техника безопасности.

Практика – разучивание комплекса упражнений:

«Лотос» (заведенные на противоположные бедра голенистопады);

«Корзиночка» (Лук) (прогиб в спине в положении лежа на животе путем подтягивания руками ног);

«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);

«Закладка» (заложение одной ноги за голову).

6.2. Тема «Балансировочные упражнения»

Теория – исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения акробатических элементов. Техника безопасности.

Практика – разучивание комплекса упражнений:

«Мостик» (дугобразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре. На локтях/на коленях);

«Перекат» (вращательное движение тела с последовательным касанием опоры);

«Кувырок» (вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову).

Раздел 7. Cross (передвижение). Ориентация в пространстве

Теория – правила выполнения новых элементов. Позиции рук и ног.

Практика – освоение новых элементов.

шаг на полупальцах в координации с работой рук;

шаг с носка;

шаг *jete* с подниманием ноги на воздух;

комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад);

различные танцевальные ходы, шаги и проходки.

Раздел 8. Знакомство с профессиями

Теория – Кто такой педагог-хореограф. Что делает педагог-хореограф. Где может работать педагог-хореограф.

Итоговое занятие

Практика – выполнение тестовых и творческих заданий. Итоговый концерт.

Планируемые результаты обучения

К концу первого года обучения учащиеся:

Предметные результаты

познакомятся с:

строением тела и мышц;
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;
профессией педагога-хореографа (учителя танцев);
учащиеся научатся:
создавать, выявлять и воспринимать ритм;
самостоятельно выполнять изученные танцевальные элементы;
различать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
правильно дышать при выполнении двигательных упражнений;
соотносить пространственные перестроения с музыкой;
регулировать мышечный тонус;
взаимодействовать друг с другом в ходе занятий;
выполнять перестроения в круг, колонну;
передавать содержание музыки в движении характер и настроение
музыкального произведения;
у учащихся:
расширятся знания об истории возникновения и этапах развития
современных направлений танцев.

Метапредметные

у учащихся:
расширится кругозор;
будут сформированы:
умения слушать и слышать педагога, координировать свои движения;
умения владеть правильной постановкой корпуса у станка и на середине
зала.
умения исполнять несложные танцевальные комбинации (галоп,
подскок, шаг с поворотом);
умения различать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
умения воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
умения соотносить пространственные перестроения с музыкой;
умения распределять работу в команде, умение выслушать друг друга.

Личностные

у учащихся:

будет сформирован устойчивый интерес к занятиям хореографией и творческой деятельности;

будет сформировано ответственное отношение к своему внешнему виду, опрятность, стремление соответствовать образу танцора;

будет развита адекватная самооценка на основе критериев успешности учебной и танцевальной деятельности;

будет сформирована установка на здоровый и безопасный образ жизни, укрепление своего физического и эмоционального состояния;

будут развиты навыки сотрудничества и дисциплины, уважительное отношение к педагогу и другим учащимся.

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.	Комбинированное	Словесный,	Музыкальный	

	Импровизация	занятие	наглядный, практический	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 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	Занятие-практикум	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Тематический контроль
8.	Знакомство с профессиями	Занятие-путешествие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие, занятие-концерт	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)

Второй год обучения

Задачи

Образовательные:

- познакомить с историей возникновения танца hip-hop;
- совершенствовать навыки постановки корпуса, рук, ног, головы;
- нарабатывать технические навыки в упражнениях;
- развивать силу и выносливость;
- развивать эмоционально-чувственную сферу;

познакомить с разными видами прыжков и акробатическими элементами;

познакомить со спецификой построения танцевальных номеров (законы драматургии и средства выразительности в хореографии);

познакомить с профессиями артист-танцовщик ансамбля, руководитель танцевальных кружков (педагог дополнительного образования).

Развивающие:

развивать подвижность в позвоночнике;

способствовать развитию памяти, мышления, воображения, концентрации внимания;

развивать устойчивость, работать над выразительностью;

развивать умения распределять работу в команде, умение слушать друг друга;

развивать коммуникативные навыки через танцевальные игры;

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	Вводный контроль
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	25	4	21	
1.1.	Упражнения для головы	4	0,5	3,5	
1.2.	Упражнения для плеч	4	0,5	3,5	
1.3.	Упражнения для рук	4	0,5	3,5	
1.4.	Упражнения для корпуса	4	0,5	3,5	
1.5.	Упражнения для ног	4	0,5	3,5	
1.6.	Прыжки	5	1,5	3,5	
2.	Партерная гимнастика	28	3	25	Тематический контроль

2.1.	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	8	1	7	
2.2.	Упражнения на укрепление спины и пресса	8	1	7	
2.3.	Работа над стопами и выворотностью	12	1	11	
3.	Танцевальные элементы	35	7	28	Тематический контроль
3.1.	Танцевальные шаги	15	3	12	
3.2.	Вращения	20	4	16	
4.	Тренаж классического танца	35	7	28	Тематический контроль
4.1.	Экзерсис на середине зала	20	4	16	
4.2.	Трамплинные прыжки	15	3	12	
5.	Игры. Импровизация	20	3	17	
6.	Постановочно-репетиционная работа. Разучивание танцевальных номеров	30	5	25	
7.	Элементы акробатики	20	4	16	Тематический контроль
7.1	Базовые упражнения	10	2	8	
7.2.	Динамические упражнения	10	2	8	
8.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	15	3	12	
9.	Знакомство с профессиями	4	1	3	
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)
Итого:		216	38	178	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы второго года обучения. История возникновения танца hip-hop.

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

Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация

1.1. Тема «Упражнения для головы»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для головы.

Практика – выполнение комплекса ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Port de Bras с головой (плавные движения);

«Точка» (Spotting);

Temps Levé с головой.

1.2. Тема «Упражнения для плеч»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для плеч.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений: «Качели», «Лифт», «Круглые спинки», «Самолетик».

1.3. Тема «Упражнения для рук»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для рук.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений для рук:

сократить запястье (flex), поднять ладонь вверх;

сократить запястье (flex), опустить ладонь вниз;

круговые движения кистями в одну и другую стороны (локти на месте);

1.4. Тема «Упражнения для корпуса»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для корпуса.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

«Мостик» (подъем таза из положения лежа (плечи на полу));

«Корзиночка» (из положения лежа на животе: захват руками щиколоток снаружи, прогиб, покачивание);

глубокие пор де бра.

1.5. Тема «Упражнения для ног»

Теория – названия упражнений, виды исходных положений, правила выполнения упражнений для ног.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых упражнений:

Demi-plié (деми-плие) (маленькое приседание по I, II, III позициям);
комбинации из пройденных элементов;
поклон;
подскоки на месте.

1.6. Тема «Прыжки»

Теория – техника выполнения новых видов прыжков.

Практика - освоение техники исполнения прыжков по 6-й позиции (на двух ногах, с поджатыми ногами).

Раздел 2. Партерная гимнастика

2.1. Тема «Упражнения на развитие гибкости и растяжку»

Теория – техника выполнения новых упражнений партерной гимнастики.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых элементов:

Battement tendu;
Battement tendu jete;
Rond;
Grand battement;
Выпады (растяжка передней поверхности бедра);
Махи ногами (динамическая растяжка);
Поперечный шпагат.

2.2. Тема «Упражнения на укрепление спины и пресса»

Теория – техника выполнения новых упражнений партерной гимнастики.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых упражнений:

«Кошечка» с совмещением с «коробочкой», и с подготовкой к «мостику»;

«Мостик» (с поочерёдным поднятием ноги);

«Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника);

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

Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.

2.3. «Работа над стопами и выворотностью»

Теория – техника выполнения новых упражнений партерной гимнастики.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

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

Battement tendu в сторону, вперёд;

Battement tendu jete вперёд;

Rond ногой вперёд до стороны и обратно в исходное положение;

Grand battement по направлению вперёд и в сторону.

Раздел 3. Танцевальные элементы

3.1. Тема «Танцевальные шаги»

Теория – названия новых танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения. Понятие «танцевальный рисунок» (линия, колонна, круг).

Практика – выполнение ранее изученных танцевальных элементов. Разучивание новых танцевальных шагов: академический шаг с носка, шаг на полупальцах, «Марш» с натянутой стопой, «Марш перестроение».

3.2. Тема «Вращения»

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

Практика - выполнение ранее изученных элементов. Разучивание новых упражнений (вращений): вращение на месте («держим точку»), вращение с «вскок» на полупальцы и поворот.

Раздел 4. Тренаж классического танца

4.1. Тема «Экзерсис на середине зала»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений. Позиции рук и ног.

Практика – выполнение упражнений по диагонали:

шаг на полупальцах в координации с работой рук;

шаг с носка;

шаг jete с подниманием ноги на воздух;

комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад).

4.2. Тема «Трамплинные прыжки»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика - выполнение комплекса упражнений, включающего трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении (простейшие прыжки).

Раздел 5. Игры. Импровизация

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

7.1. Тема «Базовые упражнения»

Теория – названия упражнений. Исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения. Техника безопасности.

Практика – выполнение комплекса упражнений:

«Цапля» (стойка на одной ноге);

«Бутон» (корзиночка с хватом ног руками сверху);

«Узел» (заложение двух ног за голову);

«Боген» (максимальный прогиб в спине);

«Коробочка» (боген лежа на животе с согнутыми ногами, поставленными голеностопами возле головы).

6.2. Тема «Динамические упражнения»

Теория – исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения акробатических элементов. Техника безопасности.

Практика – выполнение комплекса упражнений:
кувырки (кувырок вперед, кувырок назад в группировке);
стойка на лопатках (сохранение вертикального положения тела ногами
вверх с опорой на лопатки).

«Колесико» (вращательное движение тела с полным переворачиванием в
сторону с постепенной постановкой рук и ног).

Раздел 8. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.
Позиции рук и ног.

Практика – Разучивание комбинаций из шагов (марш+бег), упражнения
на ориентировку в пространстве:

«Точки зала»;

«Построение в шахматном порядке»;

«Построение в рассыпную»;

«Змейка».

Раздел 9. Знакомство с профессиями

Теория – Особенности профессий артист-танцовщик ансамбля и
руководитель танцевальных кружков (педагог дополнительного образования)

Практика - встреча с интересными людьми. Посещение концертных
программ профессиональных танцевальных коллективов.

Итоговое занятие

Практика – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный
концерт.

Планируемые результаты обучения

К концу второго года обучения учащиеся:

Предметные результаты

будут уметь:

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;

выполнять акробатические элементы;

познакомятся с:

историей возникновения танца hip-hop;

законами драматургии хореографического номера;

выразительными средствами танца;

базовыми элементами hip-hop танца;

движениями изолированных центров;

акробатическими и трюковыми элементами:

особенностями профессий артист-танцовщик ансамбля, руководитель танцевальных кружков (педагог дополнительного образования);

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 формируются 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

№ 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	Вводный 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	Комбинированное	Словесный,	Музыкальный	Тематический

	классического танца	занятие	наглядный, практический	центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	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 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
8.	(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	
9.	Знакомство с профессиями	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие, занятие-концерт	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)

Третий год обучения

Задачи

Образовательные:

познакомить с историей развития танца модерн;

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;
 познакомить с профессиями артист балета, хореограф-постановщик.

Развивающие:

развивать танцевальность;
 развивать логическое мышление и творческую эмоциональность;
 развивать двигательные способности;
 развивать актерское мастерство;
 развивать силу и выносливость;
 развивать коммуникативные навыки и навыки работы в команде.

Воспитательные:

формировать положительные личностные качества;
 способствовать формированию адекватной самооценки;
 воспитывать навыки коллективного творчества и коммуникации;
 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	Вводный контроль
1.	Упражнения на середине зала Изоляция и координация	32	3	29	Тематический контроль
1.1.	Упражнения для головы	5	0,5	4,5	
1.2.	Упражнения для плеч	5	0,5	4,5	
1.3.	Упражнения для рук	5	0,5	4,5	
1.4.	Упражнения на координацию движений	6	0,5	5,5	

1.5.	Упражнения для корпуса	6	0,5	5,5	
1.6.	Упражнения для ног, прыжки	5	0,5	4,5	
2.	Партерная гимнастика	40	4	36	Тематический контроль
2.1.	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	15	1,5	13,5	
2.2.	Упражнения на укрепление спины и пресса	15	1,5	13,5	
2.3.	Работа над стопами и выворотностью	10	1	9	
3.	Танцевальные элементы	23	4	19	Тематический контроль
3.1.	Танцевальные шаги	10	1	9	
3.2.	Вращения	13	3	10	
4.	Тренаж классического танца	38	4	34	Тематический контроль
4.1.	Экзерсис на середине зала	20	1	19	
4.2.	Трамплинные прыжки	18	3	15	
5.	Игры. Импровизация	4	1	3	
6.	Постановочно-репетиционная работа Изучение танцевальных номеров	44	4	40	
7.	Элементы акробатики	15	3	12	Тематический контроль
8.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве.	12	2	10	Тематический контроль
9.	Знакомство с профессиями	4	1	3	
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)
Итого:		216	27	189	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы третьего года обучения. История развития танца модерн.

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

Раздел 1. Упражнения на середине зала

1.1. Тема «Упражнения для головы»

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

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

координация «Голова против тела» (корпус наклоняется вправо, голова поворачивается налево; корпус скручивается (Twist), голова держит точку прямо);

подготовка к Port de Bras (рука открывается на II позицию — голова поворачивается вслед за рукой; рука закрывается в подготовительное положение — голова опускается взглядом вниз (кивок)).

1.2. Тема «Упражнения для плеч»

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

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

«Поза орла», (стоя, скрестить руки перед собой (локоть на локоть), соединить ладони. Удерживать равновесие и расправить плеч);

«Замок» за спиной» (завести одну руку за спину снизу, другую — сверху, соединить пальцы в замок. Менять руки.);

«Наклоны с вытяжением» (руки сцеплены в замок за спиной, плавный наклон корпуса вперед, поднимая прямые руки вверх).

1.3. Тема «Упражнения для рук»

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

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений для рук:

Port de bras с наклоном корпуса;

«Волна» (медленное, волнообразное движение всей рукой от плеча к кончикам пальцев при подъеме руки вверх и опускании вниз).

1.4. Тема «Упражнения на координацию движений»

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

Практика – выполнения комплекса упражнений.

упражнения на координацию двух центров:

«Махи руками» (руки на пояс, к плечам, вверх – обратно);

«Упражнения для головы» (голова исполняет повороты вправо, влево, одновременно движение грудной клетки вперед, назад);

«Квадрат и крест».

1.5. Тема «Упражнения для корпуса»

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

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

«Мостик» (с поочередным отрыванием ног от пола);

«Складочка» (глубокий наклон к прямым ногам с удержанием и с пружинистыми движениями);

перегибы корпуса назад (аккуратный прогиб назад (контроль поясницы)).

1.6. Тема «Упражнения для ног, прыжки»

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

Практика – выполнения ранее разученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

Relevé (подъем на полупальцы в I и II позициях);

Battements tendus (отведение и приведение ноги с вытянутым носком в пол);

комбинации из пройденных элементов;

Pas Jete (прыжок с одной ноги на другую).

Раздел 2. Партерная гимнастика

2.1. Тема «Упражнения на развитие гибкости и растяжку»

Теория – названия новых упражнений, правила выполнения упражнений.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

«Ящерица» (сложный выпад);

«Тянем носок-пятка»;

«Шпагат с захватом».

2.2. Тема «Упражнения на укрепление спины и пресса»

Теория – названия новых упражнений, правила выполнения упражнений.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых упражнений:

«Боковые скручивания» (лежа на спине с согнутыми ногами, опускайте сомкнутые колени вправо и влево, не отрывая лопатки от пола);

«Велосипед» (диагональное скручивание);

«Кобра» (лежа на животе, ладони на полу рядом с плечами. Плавно разгибать руки, поднимая корпус. Таз остается на полу.);

«Ягодичный мостик на одной ноге» (лежа на спине, поднять таз как можно выше, выпрямить одну ногу вверх. В верхней точке добавить пружинящие движения).

2.3. Тема «Работа над стопами и выворотностью»

Теория – названия новых упражнений, правила выполнения упражнений.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых упражнений:

Battement tendu в сторону, вперед;

Battement tendu jete вперед;

Rond ногой вперед до стороны и обратно в исходное положение;

Grand battement по направлению вперед и в сторону.

Раздел 3. Танцевальные элементы

3.1. Тема «Танцевальные шаги»

Теория – названия новых танцевальных элементов, виды исходных положений, правила выполнения. Танцевальные рисунки (диагональ, «звездочка», «воротца»). Понятие темп.

Практика - выполнение ранее изученных танцевальных шагов.
Разучивание новых танцевальных шагов:

шаг на полупальцах (усложненный вариант с координацией рук);

упражнения на сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

3.2. Тема «Вращения»

Теория – названия новых элементов, правила выполнения.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.
Разучивание новых упражнений:

полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve, подскоки с вращением.

Раздел 4. Тренаж классического танца

4.1. Тема «Экзерсис на середине зала»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений. Позиции рук и ног.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Allegro: «пружинки»;

Вращение pas shene по II параллельной позиции;

комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад).

4.2. Тема «Трамплинные прыжки»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Освоение новых упражнений:

трамплинные прыжки (сочетание с движениями рук), отработка высоты прыжка.

Раздел 5. Игры. Импровизация

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:

Пресс на различные группы мышц.

Комплекс танцевальных элементов:

прыжки из стороны в сторону (с двух ног на две);

мелкие прыжки «по три» (два по 6-ой, на третий во 2-ю параллельную);

изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа

Теория - применение законов драматургии в постановке номера.

Особенности композиционно-постановочного танца:

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 – исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения акробатических элементов. Техника безопасности.

Практика – выполнение ранее изученных акробатических элементов.

Разучивание новых акробатических элементов:

«Кувырок через плечо»;

«Переворот вперед с места»;

«Птица» (горизонтальное и вертикальное равновесие).

Раздел 8. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – разучивание упражнений, направленных на ориентировку в пространстве:

«Диагональ» (пересечение);

«Спираль» (Улитка);

Рисунок «Корзиночка»;

«Восьмерки» по залу.

Раздел 9. Знакомство с профессиями

Теория – Особенности профессий артист балета, хореограф-постановщик. Этапы создания танца.

Практика – мастер-класс «Композиция и постановка танца».

Итоговое занятие

Практика – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

Планируемые результаты обучения

К концу третьего года обучения учащиеся:

Предметные результаты

учащиеся познакомятся с:

историей развития танца модерн;
приемами пространственного построения танцевальных композиций;
музыкальной драматургией современной хореографии;
методикой исполнения движений;
особенностями профессий артист балета, хореограф-постановщик;
этапами создания танца.

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;

учащиеся овладеют:

навыками партерной гимнастики и простейшими акробатическими элементами.

Метапредметные

у детей будут 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.
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;
систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию.

Личностные

у детей будут 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	Вводный 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 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
8.	(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	
9.	Знакомство с профессиями	Комбинированное занятие, мастер-класс	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие, занятие-концерт	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)

Четвёртый год обучения

Задачи

Образовательные:

познакомить с историей развития современного танца (Contemporary);
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;

познакомить с профессиями артист мюзикла, аниматор (танцевальный).

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	4	3	1	Вводный контроль
1.	Упражнения на середине зала. Изоляция и координация	32	4	28	Тематический контроль
1.1.	Упражнения для головы	5	0,5	4,5	
1.2.	Упражнения для плеч	5	0,5	4,5	
1.3.	Упражнения для грудной клетки, корпуса	5	0,5	4,5	
1.4.	Упражнения для рук	6	0,5	5,5	
1.5.	Упражнения для отработки основных позиций ног	6	0,5	5,5	
1.6.	Упражнения для отработки основных позиций рук	5	0,5	4,5	

2.	Партерная гимнастика	38	4	34	Тематический контроль
2.1.	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	19	2	17	
2.2.	Работа над стопами и выворотностью	19	2	17	
3.	Танцевальные элементы	25	4	21	Тематический контроль
3.1.	Танцевальные шаги	10	1	9	
3.2.	Вращения	15	3	12	
4.	Тренаж классического танца	40	4	36	Тематический контроль
4.1.	Упражнения для развития подвижности позвоночника	20	2	18	
4.2.	Трамплинные прыжки	20	2	18	
5.	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных номеров	44	-	44	
6.	Элементы акробатики	15	1	14	Тематический контроль
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	12	2	10	Тематический контроль
8.	Знакомство с профессиями	4	1	3	
	Итоговое занятие	2		2	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)
Итого:		216	23	193	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория - знакомство с программой четвертого года обучения. Режим занятий. Основные темы. Инструктивный материал по технике безопасности. История развития современного танца (Contemporary).

Практика – входная диагностика.

Раздел 1. Упражнения на середине зала

1.1. Тема «Упражнения для головы»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика выполнение ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

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

свинговый полукруг – свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена;

наклон в сторону с поворотом головы вверх (к потолку).

1.2. Тема «Упражнения для плеч»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

работа плечами во вращениях;

ритмические движения плечами (с выполнением различных ритмических рисунков);

упражнения с усилием («рубим дрова»).

1.3. Тема «Упражнения для грудной клетки, корпуса»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика - выполнение ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

изоляция грудной клетки вправо, возвращение в И.П., влево;

изоляция грудной клетки вперёд, возвращение в И.П., назад;

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

наклоны в комбинации (наклон вперед — волна — перегиб назад).

1.4. Тема «Упражнения для рук»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика - выполнение комплекса ранее изученных упражнений.

Разучивание новых упражнений:

плавно поднять руку (во 2-ю позицию) ладонью вниз, развернуть ладонь прямо, согнуть руку от локтя к себе, развернуть руку локтём вниз, плавно опустить руку вниз перед собой.

Сначала выполнять данные упражнения поочередно правой и левой рукой, а затем одновременно двумя руками.

1.5. Тема «Упражнения для отработки основных позиций ног»

Теория – правила выполнения новых упражнений.

Практика - выполнение комплекса ранее изученных упражнений.

Разучивание новых упражнений:

первая параллельная (стопы стоят вместе, соприкасаясь друг с другом. Носки направлены строго вперед);

первая «аут» (выворотная) (положение, соответствующее первой позиции в классическом балете. Пятки сомкнуты, а носки максимально развернуты в стороны);

первая «ин» (вворотная) (противоположность предыдущей позиции. Пятки разведены в стороны, а носки смотрят друг на друга и соприкасаются);

вторая параллельная (стопы расположены параллельно друг другу на расстоянии, равном ширине таза (строго под бедренными костями);

четвертая параллельная позиция: Стопы расположены параллельно друг другу на расстоянии длины одной стопы (носок одной стопы находится на уровне пятки другой);

четвертая выворотная позиция: Аналогична классической (стопы развернуты, пятка одной стопы напротив носка другой);

пятая выворотная позиция: Аналогична классической (стопы плотно прилегают друг к другу, пятка одной стопы касается носка другой, обе развернуты);

пятая параллельная позиция: Стопы расположены параллельно и плотно прилегают друг к другу, при этом одна стопа незначительно выступает вперед (примерно на половину своей длины).

1.6. Тема «Упражнения для отработки основных позиций рук»

Теория – правила выполнения новых упражнений. Танцевальные позиции рук.

Практика - разучивание комплекса упражнений:

Первая позиция рук (варианты):

руки вытянуты вперед 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.

Вторая позиция рук (варианты):

руки вытянуты в локтях на уровне плеч, ладонь может быть повернута вверх, вниз, или в сторону;

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

Третья позиция рук (варианты):

руки вытянуты в локтях, ладони повернуты 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

2.1. Тема «Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика – выполнение комплекса ранее изученных упражнений.

Разучивание новых упражнений:

«Рисуем стопой» (вращение стопой по часовой и против часовой стрелки);

«Педальки» (оттягивать носок стопы на себя и от себя);

«Перекаты» (медленно подниматься на носки и плавно перекатываться на пятки);

Frog (лягушка);

«Захлест» (сгибать ноги в колене, стараясь коснуться пяткой ягодицы);

«Стопы вместе» (мягкие пружинистые вращения коленями по кругу).

2.2. Тема «Работа над стопами и выворотностью»

Теория – техника выполнения новых элементов.

Практика – выполнение комплекса ранее изученных упражнений.

Разучивание новых упражнений:

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

Стрейчинг по парам.

Раздел 3. Танцевальные элементы

3.1. Тема «Танцевальные шаги»

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

Практика – выполнение ранее изученных танцевальных элементов.

Разучивание новых танцевальных шагов:

приставные шаги по диагонали на полупальцах (вправо-влево), с добавлением движений руками;

Слайд (скольжение) из стороны в сторону, по диагонали;

Kick (бросок ноги от колена) вперед с переступанием;

Прыжки из стороны в сторону (с двух ног на две);

Мелкие прыжки «по три» (два по 6-ой, на третий во 2-ю параллельную).

Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

3.2. Тема «Вращения»

Теория – названия новых танцевальных элементов. Правила выполнения.

Практика – выполнение ранее изученных танцевальных элементов.

Разучивание новых танцевальных элементов:

Tour sur place (поворот на месте);

Demi-tournant (полуповорот);

Chaînés (шене): Простые повороты с продвижением по прямой линии (диагонали);

повороты на двух ногах;

повороты на одной ноге;

повороты по кругу вокруг воображаемой оси.

Раздел 4. Тренаж классического танца

4.1. Тема «Упражнения для развития подвижности позвоночника»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений. Позиции рук и ног.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Stretch – области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).

Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).

Contract-release корпуса и наклон вперед.

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;

heeldrop-bounce (назад).

Battement tendu jete pique.

Swing balançoire (вперед-назад).

4.2. Тема «Трамплинные прыжки»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

прыжки с поворотом в воздухе (en tournant);

прыжки с продвижением в сторону;

прыжки, при котором одна нога выбрасывается в сторону.

Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа

Практика - постановка учащимися танцевальных этюдов на основе изученного материала.

Раздел 6. Элементы акробатики

Теория – исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения акробатических элементов. Техника безопасности.

Практика – выполнение ранее изученных акробатических упражнений. Освоение техники выполнения новых акробатических упражнений:

«Стойка на лопатках, согнув ноги»;

«Мост» (из исходного положения лежа);

«Перекаты» (назад и вперед из упора, присев в группировке);

«Боковой кувырок».

Раздел 7. Cross (передвижение). Ориентация в пространстве

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Джаз-бег и прыжки:

Нор – с одной ноги на ту же ногу.

Леар – с одной ноги на другую с продвижением.

Jump – с двух ног на две.

Джаз прыжки:

Jump с поджатыми к груди ногами и collapse.

Разножка (вперед – назад).

Leap в открытом passe (нога от колена отведена в сторону).

Grand jete attitude croise с джаз координацией.

Джаз падения

Падения вперед на живот:

С выпада вперед на одну ногу.

С полупальцев, через растяжку и наклон корпуса вперед.

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:

Из «стоя» через колени и бедро;

Из «стоя» с толчком бедра при помощи рук.

Раздел 8. Знакомство с профессиями

Теория – Особенности профессий артист мюзикла, аниматор (танцевальный).

Практика – встреча с интересными людьми. Посещение театральных шоу-программ.

Итоговое занятие

Практика – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

Планируемые результаты обучения

К концу четвертого года обучения учащиеся:

Предметные результаты

познакомятся с:

историей развития современного танца (Contemporary) и его стилевыми особенностями;

стилевыми особенностями хореографии;

техникой исполнения движений;

спецификой применения танцевального костюма, его деталей и аксессуаров;

особенностями профессий артист мюзикла танцевальный аниматор;

у учащихся:

сформирована потребность к творческому самовыражению;

учащиеся освоят:

технику изоляции, базовые вращения, получают опыт импровизации;
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, координировать движения и владеть своим телом.

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;

учащиеся овладеют:

навыками публичного выступления, разовьют способности к творческому самовыражению.

Личностные

у учащихся сформируются личностные качества:

уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;

учащиеся будут готовы:

работать в коллективе, взаимодействовать и общаться с партнерами.

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	Вводный 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	
8.	Знакомство с профессиями	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный,	Музыкальный центр, ноутбук,	

			практический	колонки,	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие, занятие-концерт	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)

Пятый год обучения

Задачи

Образовательные:

познакомить с историей возникновения джаз-танца;
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 ерауlement;

работать над выразительностью;

совершенствовать пройденный материал;

познакомить с особенностями профессий балетовед (танцевальный критик), фитнес-тренер.

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/
		Всего	В том числе:	

			Теория	Практика	контроля
	Вводное занятие	4	3	1	Вводный контроль
1.	Упражнения на середине зала. Изоляция и координация	32	4	28	Тематический контроль
1.1.	Упражнения на координацию трёх центров	4	0,5	3,5	
1.2.	Свинг корпуса и рук	4	0,5	3,5	
1.3.	Упражнения для развития подвижности позвоночника	4	0,5	3,5	
1.4.	Упражнения стрейч – характера	4	0,5	3,5	
1.5.	Упражнения для головы (в положении сидя и в полуприседании)	4	0,5	3,5	
1.6.	Упражнения для плеч (в положении стоя, в полуприседании, сидя)	4	0,5	3,5	
1.7.	Упражнения для грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя)	4	0,5	3,5	
1.8.	Упражнения для корпуса (стоя)	4	0,5	3,5	
2.	Партерная гимнастика	38	4	34	Тематический контроль
2.1.	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	19	2	17	
2.2.	Работа над стопами и выворотностью	19	2	17	
3.	Танцевальные элементы	23	2	21	Тематический контроль
3.1.	Танцевальные шаги	10	2	8	
3.2.	Вращения	15	2	13	
4.	Тренаж классического танца	40	4	36	Тематический контроль
4.1.	Упражнения для развития подвижности позвоночника	25	3	22	
4.2.	Трамплинные прыжки	15	1	14	
5.	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных номеров	44	-	44	
6.	Элементы акробатики	17	3	14	
7.	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	12	2	10	

8.	Знакомство с профессиями	4	1	3	
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)
Итого:		216	23	193	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория – инструктаж по технике безопасности. Содержание программы пятого года обучения. История возникновения джаз-танца. Отличительные особенности джаз-танца.

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

Раздел 1. Упражнения на середине зала. Изоляция и координация

1.1. Тема «Упражнения на координацию трёх центров»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых упражнений:

«Наклоны вперёд-назад». Одновременно плечи двигаются вверх-вниз, а таз вправо-влево;

«Наклоны головы». Руки во второй позиции, кисти двигаются вверх-вниз, таз вперёд-назад, голова выполняет наклоны вправо-влево.

1.2. Тема «Свинг корпуса и рук»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений. Разучивание новых элементов:

свинг правой рукой и всего корпуса;

свинг левой рукой и всего корпуса;

свинг двумя руками и всего корпуса.

Примечание: Данное упражнение можно использовать с plie and releve.

1.3. Тема «Упражнения для развития подвижности позвоночника»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

наклоны торса с прямой спиной (flat back);

изгибы торса;

спирали;

Body roll («волна»);

Contraction, release.

1.4. Тема «Упражнения стрейч – характера»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

Боковые выпады;

«Лягушка» ногой;

Батман тандю (Battement tendu) с фиксацией.

1.5. Тема «Упражнения для головы (в положении сидя и в полуприседании)»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

«Маятник» в быстром темпе;

круг в быстром темпе;

Isolations головы в координации с isolations плеч и рук.

1.6. Тема «Упражнения для плеч (в положении стоя, в полуприседании, сидя)»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

Twist плеч;

полукруг и круг (поочерёдно каждым плечом);

полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции);

«Восьмёрка»;

Isolations в координации с isolations головы и рук.

1.7. Тема «Упражнения для грудной клетки (в положении стоя, в полуприседании, сидя)»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

Accents (из стороны в сторону, дубль);

«Крест» (с возвращением в центр);

Contraction-release.

1.8. Тема «Упражнения для корпуса (в положении стоя)»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых элементов:

Side stretch с последующим twist и наклоном вперед;

Twist с толчком бедра;

«Table top» roll;

«Table top» с толчком бедра;

Twist с толчком бедра и кругом плеча и руки.

Раздел 2. Партерная гимнастика

2.1. Тема «Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

Упражнение «Маятник». Махи ногами.

Упражнение «Пружинка». Неглубокие приседания, слегка подпружинивая.

Упражнение «Выпады с пружиной». Широкий шаг ногой, опускаясь в выпад. Сделать несколько пружинистых покачиваний.

2.2. Тема «Работа над стопами и выворотностью»

Теория – правила выполнения новых элементов.

Практика – выполнения ранее изученного комплекса упражнений.

Разучивание новых упражнений:

Упражнения stretch-характера в положении лежа.

Упражнения stretch-характера в положении сидя.

Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release

Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.

Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.

Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.

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

Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.

Раздел 3. Танцевальные элементы

3.1. Тема «Танцевальные шаги»

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

Практика – выполнение ранее изученных танцевальных элементов. Разучивание новых танцевальных шагов:

«Кач» с переступанием с ноги на ногу с добавлением бедра – к себе;
Grand battement jeté, adagio, tours (на месте и с продвижением).

Изучение танцевальных связок на основе изученного материала

3.2. Тема «Вращения»

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

Практика – выполнение ранее изученных танцевальных элементов. Разучивание новых танцевальных шагов: связки из нескольких pirouette, chaînés и прыжков с поворотом, вращения на одной ноге, Tour chaîné. Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

Раздел 4. Тренаж классического танца

4.1. Тема «Упражнения для развития подвижности позвоночника»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений. Позиции рук и ног.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Battement fondu в координации с движением рук.

Battement developpe point-flex.

Battements developpe через passé contract.

Kick, Kick ballchange.

Pelvis stretch (лицом к станку).

4.2. Тема «Трамплинные прыжки»

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Assemblé с продвижением вперед или в сочетании с другими элементами;

Sissonne fermée (прыжок с двух ног на одну).

Прыжки выполняются в более быстром темпе, вставляются в танцевальные комбинации.

Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа

Практика - Работа над техникой исполнения, стилем, синхронностью, рисунком танца. Составление учащимися танцевальных этюдов на основе изученного материала.

Раздел 6. Элементы акробатики

Теория – названия новых акробатических элементов. Исходные положения при выполнении акробатических элементов. Правила выполнения акробатических элементов. Техника безопасности.

Практика – выполнение ранее изученных акробатических упражнений. Разучивание новых акробатических элементов:

- «Лебедь» (выпад с наклоном);
- «Глубокий выпад» (выпад с максимальным разведением ног);
- «Улитка в домике»;
- «Боковая волна» (с поворотом на 90 градусов).

Разучивание танцевальных связок, включающих акробатические элементы.

Раздел 7. Cross (передвижение) Ориентация в пространстве.

Теория – названия упражнений. Правила выполнения упражнений.

Практика – выполнение ранее изученных упражнений. Разучивание новых упражнений:

Вращения:

- повороты на двух ногах;
- повороты на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Выполнение заданий на импровизацию с использованием новых элементов.

Джаз-бег и прыжки:

- бег; галоп;
- Нор – с одной ноги на ту же ногу;
- Леар – с одной ноги на другую с продвижением;
- Jump – с двух ног на две.

Джаз прыжки:

- Jump с поджатыми к груди ногами и collapse;

Разножка (вперед – назад);

«Лягушка»;

Leap в открытом passe (нога от колена отведена в сторону);

Grand jete attitude croise с джаз координацией;

Джаз падения:

с выпада вперед на одну ногу;

с полупальцев, через растяжку и наклон корпуса вперед;

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:

из «стоя» через колени и бедро;

из «стоя» с толчком бедра при помощи рук.

Джаз вращения в воздухе:

Hop turn;

Leap turn;

Jump turn;

Импровизация.

Итоговое занятие

Практика – выполнение тестовых и творческих заданий. Отчетный концерт.

Планируемые результаты обучения

К концу пятого года обучения 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;

историей возникновения джаз-танца и его отличительными особенностями от других направлений современного танца;

профессиями балетовед (танцевальный критик), фитнес-тренер;

у учащихся:

сформирована потребность к творческому самовыражению;

учащиеся освоят:

грамотное использование танцевальной площадки;

учащиеся научатся:

творчески мыслить;

импровизировать;

легко владеть стилем того или иного направления;

грамотно и выразительно исполнять движения, передавая ритмический рисунок и музыкальный темп;

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 и овладеют навыками актерской выразительности.

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;

исследовательские умения и навыки публичного выступления;

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

учащиеся научатся:

анализировать, сравнивать, и аргументировать свою позицию при оценке танцевальных произведений;

учащиеся овладеют:

навыками самоконтроля, взаимоконтроля, культурой общения и работы в коллективе.

Личностные

у учащихся сформируются:

уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;

учащиеся будут:

поддерживаться принципов здорового образа жизни и физического совершенствования;

испытывать потребность в творческом самовыражении через танец;

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	Вводный 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	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	
8.	Знакомство с профессиями	Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки	
	Итоговое занятие	Комбинированное занятие, занятие-концерт	Словесный, наглядный, практический	Музыкальный центр, ноутбук, колонки, коврики для выполнения упражнений на полу	Промежуточная аттестация (тестирование, отчетный концерт)

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

Календарный учебный график

Количество учебных недель – 36 в год (180 за весь период обучения).

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 (Приложение 1)

Продолжительность каникул с 1 июня по 31 августа.

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 (по годам обучения), подобраны и разработаны планы-конспекты занятий, методики тематического контроля и промежуточной аттестации учащихся, подобран необходимый наглядный и раздаточный материал.

Материально-техническое обеспечение:

Для реализации программы необходимо материально-техническое оснащение:

хореографический класс, оборудованный балетными станками и зеркалами;

гимнастические коврики.

Информационное обеспечение:

аппаратура для просмотра видео материала (ноутбук, колонки, мультимедиа проектор). Подключение к сети Интернет.

Для учащихся:

тренировочная форма (для девочек – купальник/танцевальный топ/боди, легинсы/шорты, мягкая и жесткая обувь, юбка); для мальчиков – майка, шорты, мягкая и жесткая обувь).

Формы аттестации/контроля

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.

Оценка качества реализации программы включает в себя начальную диагностику, вводный и текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Начальная диагностика. При приеме детей в объединение педагог проводит тестирование уровня развития мотивации ребенка к обучению, уровень физического развития, исходный уровень хореографических умений. Результаты тестирования фиксируются в специальных сводных таблицах. Форма входного контроля: хореографические упражнения.

Вводный контроль. Проводится на втором и последующих годах обучения. Позволяет определить уровень сохранности ранее изученного материала (на предыдущих годах обучения). Формы проведения: контрольные упражнения, тесты, творческие задания, педагогическое наблюдение.

Тематический контроль предусматривает: тестирование, педагогическое наблюдение, выполнение творческих заданий. Задания подбираются в соответствии с возрастом учащихся. Осуществляется в течение всего учебного года. Формы проведения: контрольные упражнения, тесты, творческие задания, педагогическое наблюдение, результативность участия в конкурсах и фестивалях.

Промежуточная аттестация проводится по окончании первого, второго, третьего, четвертого и пятого года обучения. Направлена на выявление уровня освоения программного материала, а также уровня развития метапредметных навыков и личностных качеств. Формы проведения: тестирование, творческие задания, отчетный концерт.

Оценочные материалы

Для оценки качества учащими содержания программы создается фонд оценочных средств (Приложение 2), который включает в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные учащимися знания, умения и навыки в области современной хореографии.

По итогам промежуточной аттестации определяется уровень освоения программы «высокий», «средний», «низкий».

«Высокий» уровень: технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения. Учащийся владеет теоретическими и практическими

знаниями в области современной хореографии, экзерсисом классического танца, танцевальной техникой. Безупречен в исполнении экзерсиса у станка, танцевальных комбинаций на середине зала, имеет хороший баллон прыжка.

«Средний» уровень: отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочётами (как в техническом плане, так и в художественном); владение хорошей исполнительской техникой, убедительная трактовка хореографических комбинаций, танцевальных номеров, выступление яркое, осознанное.

«Низкий» уровень: исполнение с большим количеством недочётов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать своё исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д., однообразное нестабильное исполнение.

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 проводятся совместно с педагогом-психологом (Приложение 3).

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 рамках образовательного процесса применяется комплекс современных педагогических технологий, а именно:

технологии здоровьесбережения – направлены на рациональное чередование видов деятельности, индивидуальное дозирование объема сложности материала (для детей с ОВЗ), мониторинг эмоционального состояния учащихся;

игровые технологии - повышают мотивацию к обучению, снимают напряжение, развивают творческие способности и коммуникацию, превращая обучение в увлекательный процесс;

технологии личностно-ориентированного обучения – ставят во главу угла личность ребенка, ее самобытность, самооценку;

технологии индивидуально-дифференцированного обучения – позволяют адаптировать образовательный процесс под интересы, способности и темп освоения материала каждого учащегося;

технологии развивающего обучения – позволяют ориентировать образовательный процесс на раскрытие личностного потенциала ребенка, развитие его мышления, самостоятельности, творческих способностей;

информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) – способствуют повышению эффективности образовательного процесса, повышают мотивацию, развивают критическое мышление, умения искать и анализировать информацию;

технология портфолио — помогает продемонстрировать индивидуальный прогресс учащегося. Портфолио развивает навыки самооценки, рефлексии и учебной мотивации.

Методы обучения:

1. Словесные методы обучения в хореографии — это способы передачи хореографической информации, постановки задач и анализа движений через слово (рассказ, объяснение, беседа, комментарий). Они обеспечивают понимание техники, образности танца и способствуют развитию осознанного исполнения, дополняя наглядные методы

2. Наглядные методы обучения в хореографии — это способы передачи танцевальных навыков через зрительное и слуховое восприятие, включающие личный показ педагогом, просмотр видео, иллюстраций и схем. Они обеспечивают понимание формы движений, темпа и ритма, помогая отделить главное от второстепенного.

3. Практические методы в хореографии — это способы обучения, основанные на активной деятельности учащихся, направленные на формирование танцевальных навыков через многократное повторение, выполнение упражнений (экзерсис), работу над комбинациями и

танцевальными постановками. Они включают демонстрацию движений, игровые технологии, тренаж и импровизацию.

Примерный алгоритм построения занятия

Занятие состоит из 4 частей:

1 часть

Организационная:

вход в хореографический класс, построение, приветствие участников;
поклон (начальная форма вежливости);

Сообщение темы 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;

поклон (заключительная форма вежливости);

выход из хореографического кабинета.

Раздел «Воспитание»

Воспитательная работа в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современные эстрадные танцы» строится на основе рабочей программы воспитания ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества».

Цель воспитания - личностное развитие детей, создающее условие для реализации их субъектной позиции, формирования гражданских, патриотических качеств, развитие способностей и одаренности.

Задачи:

воспитывать чувство патриотизма, активной гражданской позиции, сопричастности к истории России;

формировать и развивать духовно-нравственные ориентиры на основе

традиционных общечеловеческих ценностей;
реализовывать важные для личностного развития социально значимые формы и модели поведения;
способствовать приобретению опыта осуществления социально значимых дел;
формировать и развивать творческие и интеллектуальные способности учащихся;
развивать навыки самоопределения и самореализации;
способствовать ранней профессиональной ориентации.

Планируемые результаты

у учащихся будет:

сформировано ценностное отношение к себе, другим людям, семье, Родине и родному краю;
развита ответственности за результаты собственной деятельности, навыков сотрудничества и коммуникации, культуры безопасного и экологичного поведения;

учащиеся будут:

проявлять познавательную, творческую, социальную активность в различных видах деятельности.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы:

Модуль 1. «Учебное занятие»

Воспитательные задачи:

формировать ответственное отношение к обучению, нормам поведения и учебной дисциплине;

развивать культуру общения, навыки сотрудничества и конструктивного диалога;

воспитывать уважение к человеку, проявление человеколюбия и доброжелательности.

Содержание и формы деятельности:

установление доверительных отношений между педагогом и учащимися, создание доброжелательной атмосферы на занятии;

побуждение к соблюдению общепринятых норм поведения, правил общения со старшими и сверстниками, принципов самоорганизации;

использование воспитательных возможностей содержания программ: включение примеров гражданской ответственности, нравственных ситуаций и проблемных вопросов для обсуждения;

применение интерактивных форм: интеллектуальные игры, дискуссии, групповые и парные формы работы, игровые приёмы;

иницирование и поддержка индивидуальных и групповых исследовательских проектов обучающихся.

Результаты:

усвоение учащимися норм поведения и правил взаимодействия в учебной группе, повышение учебной мотивации;

приобретение опыта конструктивного диалога, командной работы, ответственности за общий результат;

проявление устойчиво уважительного и доброжелательного отношения к сверстникам и педагогам, рост интереса к познавательной и исследовательской деятельности.

Модуль 2. «Руководство детским объединением»

Воспитательные задачи:

содействовать формированию детского коллектива как развивающей воспитательной среды;

развивать у учащихся ответственность за общие дела объединения, формировать навыки самоуправления и сотрудничества;

обеспечивать индивидуальную поддержку ребёнка в решении значимых для него проблем.

Содержание и формы деятельности:

Работа с коллективом детского объединения:

инициирование и поддержка участия объединения в ключевых делах Центра, помощь детям в подготовке, проведении и анализе мероприятий;

организация совместных дел, способствующих личностному развитию, самореализации и сплочению коллектива (игры, тренинги, досуговые мероприятия);

совместная с учащимися выработка «законов» объединения, регулирующих нормы и правила общения и поведения.

Индивидуальная работа с учащимися:

изучение особенностей личностного развития детей через наблюдение, беседы, специально создаваемые педагогические ситуации и игры;

поддержка ребёнка в решении его жизненно важных проблем (отношения, учёба, выбор профессии и др.);

коррекция поведения посредством индивидуальных бесед, поручений, включения в социально значимые роли в объединении.

Результаты:

сформированный сплочённый детский коллектив с позитивным эмоциональным климатом и работающими «законами» объединения;

проявление у детей опыта участия в самоуправлении, планировании и анализе совместных дел, рост ответственности за организацию коллективных дел;

улучшение взаимодействия педагогов, родителей и детей, снижение количества конфликтных ситуаций, повышение доверия к педагогу как значимому взрослому.

Модуль 3. «Ключевые образовательные события»

Воспитательные задачи:

создать условия для участия детей и взрослых в общих значимых делах учреждения;

формировать опыт участия в социально значимых, культурных, творческих, проектных событиях;

развивать инициативность и ответственность учащихся за подготовку и проведение общих дел.

Содержание и формы деятельности:

На уровне учреждения:

познавательные развивающие мероприятия (беседы, игры, круглые столы, диспуты, конференции и др.);

социальные проекты и акции (экологические, патриотические, трудовые и др.), ориентированные на преобразование социума;

открытые дискуссионные площадки, общие собрания, праздничные мероприятия к календарным датам;

летние интенсивы, мастер-классы, профильные смены.

На уровне детских объединений:

выбор и делегирование представителей объединений в актив учреждения (совет учащихся);

участие объединений в подготовке и реализации ключевых дел;

итоговый анализ проведённых мероприятий в рамках объединений и на уровне актива.

На индивидуальном уровне:

вовлечение каждого ребёнка в ключевые дела в посильных ролях (организатор, исполнитель, ведущий, оформитель и др.);

индивидуальная помощь в освоении навыков подготовки, проведения и анализа мероприятий;

наблюдение за поведением ребёнка в процессе подготовки и реализации событий, при необходимости – индивидуальная коррекция поведения.

Результаты:

накопление детьми опыта участия в значимых общих делах, развитие чувства причастности к жизни Центра;

сформированность у учащихся организаторских, коммуникативных и рефлексивных умений, рост инициативности;

укрепление традиций учреждения, повышение его сплочённости и позитивного эмоционального фона.

Модуль 4. «Работа с родителями»

Работа с родителями (законными представителями) учащихся осуществляется для повышения психолого-педагогической компетенции родителей (законных представителей), которые должны правильно организовать процесс воспитания своего ребёнка в семье для того, чтобы он

вырос образованным и воспитанным человеком, готовым трудиться в современном обществе на благо своей страны. Родители активно и с пользой вовлекаются в жизнь Центра.

Воспитательные задачи:

совершенствовать формы работы, направленные на выстраивание конструктивного диалога между семьей и образовательным учреждением по вопросам воспитания учащихся;

повышать педагогическую культуру родителей (законных представителей).

вовлекать родителей в воспитательную жизнь Центра и детских объединений.

Содержание и формы деятельности:

На уровне детского объединения:

организация работы родительского комитета, участие родителей в управлении и обсуждении вопросов воспитания и социализации детей;

проведение общих родительских собраний по актуальным проблемам обучения и воспитания;

педагогическое просвещение родителей (консультации, обмен опытом, рекомендации педагогов);

взаимодействие с родителями через сайт и сообщества в социальных сетях.

На индивидуальном уровне:

индивидуальные консультации по запросам родителей, в том числе с участием специалистов;

участие родителей в педсоветах по сложным случаям обучения и воспитания конкретных детей;

анкетирование, просвещение, обсуждение проблем и ресурсов семьи;

привлечение родителей к подготовке и проведению общих и объединенческих мероприятий.

Результаты:

повышение информированности родителей о жизни и успехах ребёнка, готовности к сотрудничеству с педагогами;

рост педагогической компетентности родителей, снижение конфликтов «семья – учреждение»;

увеличение числа совместных дел с участием родителей, укрепление воспитательного потенциала семейно-образовательного партнёрства.

Модуль 5. «Профориентация»

Основой профориентационной работы является социально-педагогическое и психолого-педагогическое сопровождение

профессионального самоопределения учащихся с учетом личностных особенностей, способностей, ценностей и интересов, с одной стороны, общественных потребностей, запросов рынка труда – с другой.

Воспитательные задачи:

подготовить учащихся к осознанному выбору дальнейшего образования и профессиональной деятельности;

формировать позитивное отношение к труду, учить понимать его ценности в современной экономике;

развивать способности соотносить собственные интересы и возможности с требованиями профессиональной среды.

Содержание и формы деятельности:

профессиональное просвещение: знакомство с миром профессий, формами занятости, требованиями к специалистам;

профориентационная диагностика и консультирование учащихся;

организация профессиональных проб в рамках программ дополнительного образования;

реализация профориентационных досуговых программ, игр, интенсивов;

экскурсии на предприятия города, встречи с представителями различных профессий;

индивидуальные консультации педагога-психолога для учащихся и их родителей по вопросам способностей, склонностей и выбора профессии.

Результаты:

наличие у учащихся представлений о современном мире профессий и путях их получения;

повышение осознанности при выборе профиля дальнейшего образования и профессиональных планов;

развитие мотивации к труду, ответственности за собственное профессиональное будущее.

Модуль 6. «Профилактика».

Приоритетными задачами профилактической воспитательной работы являются: содействие формированию у учащихся культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни. В обеспечение системного подхода к профилактической деятельности вовлечены все участники образовательно-воспитательного процесса.

Воспитательные задачи:

обеспечить контроль, направленный на предотвращение противоправных действий и асоциального поведения у учащихся;

формировать правовую культуру и ответственное поведение;

воспитывать ценностное отношение к здоровому и безопасному образу жизни, толерантность и уважение к другим людям.

Содержание и формы деятельности:

проведение мероприятий, направленных на профилактику правонарушений, употребления ПАВ, асоциальных проявлений;

формирование правовой грамотности: беседы, встречи с представителями профильных служб, правовые игры и викторины;

воспитание основ безопасности жизнедеятельности, культуры здорового образа жизни;

индивидуальная работа с подростками «группы риска», взаимодействие с их семьями;

сетевое взаимодействие с профильными ведомствами и службами системы профилактики.

Результаты:

снижение уровня правонарушений и асоциальных проявлений среди учащихся;

повышение правовой культуры, формирование законопослушного поведения;

укрепление ценности здорового, безопасного и уважительного к другим образа жизни.

**Календарный план воспитательной работы
объединения «Современные эстрадные танцы»
на 2025-2026 учебный год
педагог дополнительного образования
Юмашева Е.Г**

Сроки проведения	Название мероприятия	Ответственный
Модуль 1. «Учебное занятие»		
В течение года	Творческие выступления, конкурсы, олимпиады, фестивали, мастер-классы	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
В течение года	Акции, игры, викторины, беседы, дискуссии, круглые столы, литературные гостиные	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
В течение года	Индивидуальные и групповые занятия для детей, участвующих в интеллектуальных и творческих конкурсах	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования

Май	Промежуточная аттестация учащихся Центра	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Май	Отчетный концерт	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Модуль 2. «Руководство детским объединением»		
В течение года	Традиционные праздничные мероприятия	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
В течение года	Информирование родителей о жизни детского объединения через социальные сети, мобильную связь, личные встречи, беседы	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Январь	Психологический тренинг «Путь к успеху!»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, Василенко Е.С., Кортунова Н.С. педагоги-психологи
Февраль	Занятия с использованием музыкотерапии «Волшебная сила музыки»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, Василенко Е.С., Кортунова Н.С. педагоги-психологи
Модуль 3. «Ключевые образовательные события»		
Август	День открытых дверей	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Октябрь	Тематическое занятие, посвященное празднованию Дня отца	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Ноябрь	Праздничный концерт, посвященный Дню матери	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Декабрь	Праздничный концерт для детей с ОВЗ «Дорогою добра»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Февраль	Праздничные гуляния, приуроченные к празднованию Масленицы	Юмашева Е.Г., педагог

		дополнительного образования
Март	Концертная программа, посвященная Международному женскому дню 8 марта	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Май	Праздничный концерт «Победа: нам жить и помнить» (для детей с ОВЗ)	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Май	Урок мужества по теме: «Сыны земли Тамбовской и России, Вы вечно живы в памяти людской...»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Модуль 4. «Работа с родителями»		
сентябрь	Организационное родительское собрание	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
В течение учебного года	Индивидуальные консультации, беседы с родителями	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования Василенко Е.С., Кортунова Н.С. педагоги-психологи
Декабрь, май	Открытые занятия для родителей	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
В течении учебного года	Совместные занятия с родителями	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Модуль 5. «Профориентация»		
В течение года	Интерактивные беседы по профориентации	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Февраль	Экскурсия на «Тамбовский хлебокомбинат»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Март	Экскурсия в Центральную городскую библиотеку им. Н.К. Крупской	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Апрель	Экскурсия в Музей шоколада	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования

		образования
Май	Возложение цветов к памятникам военной славы	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Июнь	Профорориентационные каникулы	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования
Модуль 6. «Профилактика»		
Сентябрь	Коммуникативный тренинг «В мире дружбы»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, Василенко Е.С., Картунова Н.С. педагоги-психологи
Октябрь	Тренинг «Я больше не боюсь!»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, Василенко Е.С., Картунова Н.С. педагоги-психологи
Ноябрь	Тематическое занятие «Безопасность на водных объектах в зимний период»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, сотрудники Центра ГИМС Главного управления МЧС России по Тамбовской области
Февраль	Валеологический тренинг «Формула здоровья»	Юмашева Е.Г., педагог дополнительного образования, Василенко Е.С., Картунова Н.С. педагоги-психологи

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. Бахрушин Ю. А. История русского балета; Просвещение - М., 2020. - 288 с.
4. Володина, О.В. Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, House / О.В. Володина. - Москва: Феникс, 2016.
5. Гиршон, А.С. Импровизация и хореография / С.А. Гиршон. – Москва: «Искусство», 2015.
6. Джозеф С. Халивер, Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки / Джозеф С. Халивер. – Москва: «Новое слово», 2014.
7. Захаров, Р.В. Сочинение танца / Р.В. Захаров. – Москва: «Искусство», 2016 Захаров.
8. Красовская В. Ваганова; Искусство - М., 2020. - 224 с.
9. Никитин, В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн джаз танца / В.Ю. Никитин. – Москва, 2016.
10. Никитин, В.Ю. Композиция в современной хореографии / В.Ю. Никитин, И.К. Шварц. - Москва: «Просвещение», 2017.
11. Светлов В. Современный балет (эксклюзивное подарочное издание); Локид Премиум - М., 2022. - 272 с.
12. Смирнов И. В. Искусство балетмейстера; Просвещение - М., 2022. - 192 с.
13. Феррари Курция Танец - жизнь. "Божественная" Айседора Дункан; Петербург - XXI век, Крафт+ - М., 2022. - 272 с.
14. Фёдорова, Л.Н. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции / Л.Н. Фёдорова Москва, 2017.
15. 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.

Приложение 1

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	Вводное занятие	Начальная диагностика
2.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы	
3.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы	
4.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы	
5.			Занятие-практикум	2	Упражнения для плеч	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения для плеч	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для плеч	
8.	октябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для рук	
9.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для рук	
10.			Занятие-игра	2	Упражнения для рук	
11.			Занятие-практикум	2	Упражнения для корпуса	
12.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса	
13.			Занятие-игра	2	Упражнения для корпуса	
14.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для ног	
15.				Занятие-игра	2	Упражнения для

					ног	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног	Тематический контроль
17.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	
18.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	
19.	ноябрь		Занятие-игра	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	
20.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	
21.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки	
22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжки)	Тематический контроль
23.			Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
24.			Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
25.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
26.			Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
27.			Занятие-игра	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
28.		декабрь		Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса
29.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
30.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	

31.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
32.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
33.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
34.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
35.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
36.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные элементы	
37.	январь		Занятие-практикум	2	Танцевальные элементы	
38.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные элементы	
39.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные элементы	
40.			Занятие-игра	2	Танцевальные элементы	
41.			Занятие-практикум	2	Танцевальные элементы	
42.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные элементы	Тематический контроль
43.		февраль		Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация
44.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	
45.			Занятие-игра	2	Игры. Импровизация)	
46.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	
47.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
48.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа	
49.	март		занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная	

					работа	
50.		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
51.		Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа		
52.		Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
53.		Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа		
54.		занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
55.		Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа		
56.		Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
57.	апрель	Комбинированное занятие	2	Базовые упражнения (акробатика)		
58.		Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
59.		Комбинированное занятие	2	Базовые упражнения (акробатика)		
60.		Занятие-игра	2	Базовые упражнения (акробатика)	Тематический контроль	
61.		Занятие-практикум	2	Балансировочные упражнения (акробатика)		
62.		Комбинированное занятие	2	Балансировочные упражнения (акробатика)		
63.		Комбинированное занятие	2	Балансировочные упражнения (акробатика)		
64.		Занятие-игра	2	Динамические перемещения		
65.		Занятие-практикум	2	Динамические перемещения		
66.	май	Комбинированное занятие	2	Динамические перемещения		
67.		Комбинированное занятие	2	Динамические перемещения		

68.			Комбинированное занятие	2	Динамические перемещения	Тематический контроль
69.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
70.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
71.			Занятие-путешествие	2	Знакомство с профессиями	
72.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация

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	Вводный контроль
2.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы	
3.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы	
4.			Занятие-практикум	2	Упражнения для плеч	
5.			Занятие-практикум	2	Упражнения для плеч	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения для рук	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для рук	
8.			Занятие-практикум	2	Упражнения для корпуса	
9.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса	
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Упражнения для ног	
11.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног	
12.			Комбинированное занятие	2	Прыжки	

13.			Занятие-игра	2	Прыжки)	
14.			Комбинированное занятие	2	Прыжки	
15.			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
17.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
18.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
19.			Занятие-игра	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
20.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
21.			Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
23.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
26.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
27.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
28.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	

29.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
30.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги)	
31.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
32.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	
33.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
34.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги характера	
35.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	
36.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
37.			Занятие-практикум	2	Вращения	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Вращения	
39.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
40.			Занятие-игра	2	Вращения	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Вращения	
42.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
43.			Занятие-практикум	2	Вращения	
44.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
45.			Занятие-игра	2	Вращения	
46.			Комбинированное занятие	2	Вращения	Тематический контроль
47.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
48.			Комбинированное занятие	2	Экзерсис на середине зала	
49.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
50.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
51.			Занятие-игра	2	Экзерсис на середине зала	

52.	январь		Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
53.			Комбинированное занятие	2	Экзерсис на середине зала	
54.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
55.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
56.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
57.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
58.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
59.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
60.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	Тематический контроль
61.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
62.		февраль		Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки
63.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
64.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
65.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	Тематический контроль
66.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	
67.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	
68.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	Тематический контроль
69.			Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация	
70.			Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация	

71.			Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация	
72.			Занятие-игра	2	Игры. Импровизация	
73.			Комбинированное занятие	2	Игры. Импровизация	Тематический контроль
74.	март		Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация	
75.			Занятие-практикум	2	Игры. Импровизация	
76.			Занятие-игра	2	Занятие- практикум	
77.			Комбинированное занятие	2	Постановочно- репетиционная работа	
78.			Занятие-практикум	2	Постановочно- репетиционная работа	
79.			Комбинированное занятие	2	Постановочно- репетиционная работа	
80.			Занятие-игра	2	Постановочно- репетиционная работа	
81.			Занятие-практикум	2	Постановочно- репетиционная работа	
82.			Комбинированное занятие	2	Постановочно- репетиционная работа	
83.			Занятие-игра	2	Постановочно- репетиционная работа	
84.			Комбинированное занятие	2	Постановочно- репетиционная работа	
85.			Занятие-игра	2	Постановочно- репетиционная работа	
86.			Занятие-практикум	2	Постановочно- репетиционная	

					работа		
87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа		
88.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа		
89.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа		
90.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа		
91.			Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
92.			Комбинированное занятие	2	Базовые упражнения (акробатика)		
93.			Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
94.			Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
95.			Комбинированное занятие	2	Базовые упражнения (акробатика)		
96.			Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
97.			Занятие-игра	2	Базовые упражнения (акробатика)		
98.			Занятие-практикум	2	Базовые упражнения (акробатика)		
99.		май		Комбинированное занятие	2	Базовые упражнения (акробатика)	Тематический контроль
100.				Комбинированное	2	Динамические	

			занятие		упражнения (акробатика)	
101.			Занятие-практикум	2	Динамические упражнения (акробатика)	
102.			Занятие-игра	2	Динамические упражнения (акробатика)	
103.			Занятие-практикум	2	Динамические упражнения (акробатика)	
104.			Комбинированное занятие	2	Динамические упражнения (акробатика)	Тематический контроль
105.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
106.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
107.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация. 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	Вводный контроль
2.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы	
3.			Комбинированное	2	Упражнения для	

			занятие		головы	
4.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы Упражнения для плеч.	
5.			Занятие-практикум	2	Упражнения для плеч.	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения для плеч.	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для рук	
8.			Занятие-практикум	2	Упражнения для рук	
9.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на координацию движений	
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Упражнения на координацию движений	
11.			Занятие-практикум	2	Упражнения на координацию движений	
12.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на координацию движений	
13.			Занятие-игра	2	Упражнения на координацию движений	
14.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса	
15.			Занятие-игра	2	Упражнения для корпуса	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для корпуса	
17.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса	
18.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса	
19.			Занятие-игра	2	Упражнения для ног, прыжки	
20.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для	

					ног, прыжки	
21.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног, прыжки	
22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для ног, прыжки	
23.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног, прыжки	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для ног, прыжки	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для ног, прыжки	
26.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног, прыжки	
27.			Занятие-игра	2	Упражнения для ног, прыжки	
28.			Занятие-практикум	2	Упражнения для ног, прыжки	Тематический контроль
29.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
30.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
31.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
32.			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
33.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
34.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и	

					растяжку	
35.			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
36.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
37.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
39.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
40.			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
42.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на развитие гибкости и растяжку	
43.			Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
44.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	
45.			Занятие-игра	2	Упражнения на укрепление	

					спины и пресса	
46.		Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса	Тематический контроль	
47.		Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
48.		Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
49.		занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
50.		Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
51.		Занятие-игра	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
52.	январь	Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
53.		Комбинированное занятие	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
54.		занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление спины и пресса		
55.		Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью		
56.		Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью		
57.		Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью		
58.		Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью		

59.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
60.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	
61.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
62.	февраль		Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
63.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
64.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	
65.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	Тематический контроль
66.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
67.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
68.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
69.			Занятие-практикум	2	Вращения	
70.			Занятие-практикум	2	Вращения	
71.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
72.			Занятие-игра	2	Экзерсис на середине зала	
73.			Комбинированное занятие	2	Экзерсис на середине зала	Тематический контроль
74.		март		Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала
75.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на середине зала	
76.			Занятие-игра	2	Экзерсис на середине зала	
77.			Комбинированное занятие	2	Экзерсис на середине зала	
78.			Занятие-практикум	2	Экзерсис на	

					середине зала	
79.		Комбинированное занятие	2		Экзерсис на середине зала	
80.		Занятие-игра	2		Экзерсис на середине зала	
81.		Занятие-практикум	2		Трамплинные прыжки	
82.		Комбинированное занятие	2		Трамплинные прыжки	
83.		Занятие-игра	2		Трамплинные прыжки	
84.		Комбинированное занятие	2		Трамплинные прыжки	
85.		Занятие-игра	2		Трамплинные прыжки	
86.		Занятие-практикум	2		Трамплинные прыжки	
87.	апрель	Комбинированное занятие	2		Трамплинные прыжки	
88.		Комбинированное занятие	2		Трамплинные прыжки	
89.		Занятие-игра	2		Игры. Импровизация	
90.		Комбинированное занятие	2		Игры. Импровизация	
91.		Занятие-практикум	2		Постановочно-репетиционная работа	
92.		Комбинированное занятие	2		Постановочно-репетиционная работа	
93.		Занятие-практикум	2		Постановочно-репетиционная работа	
94.		Занятие-практикум	2		Элементы акробатики	
95.		Комбинированное занятие	2		Элементы	

					акробатики	
96.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
97.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
98.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
99.	май		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	Тематический контроль
100.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
101.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
102.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
103.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
104.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Тематический контроль
105.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки,	

					вращения. Ориентация в пространстве	
106.			Комбинированное занятие	2	Знакомство с профессиями	
107.			Занятие-путешествие	2	Знакомство с профессиями	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация. 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	Вводный контроль
2.			Занятие-игра	2	Упражнения для головы	
3.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для головы	
4.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы Упражнения для плеч.	
5.			Занятие-практикум	2	Упражнения для плеч.	
6.			Занятие-игра	2	Упражнения для плеч.	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для грудной клетки, корпуса	
8.			Занятие-практикум	2	Упражнения для грудной клетки, корпуса	
9.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для рук	
10.		октябрь		Занятие-игра	2	Упражнения для рук
11.			Занятие-практикум	2	Упражнения для	

					рук	
12.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для отработки основных позиций ног		
13.		Занятие-игра	2	Упражнения для отработки основных позиций ног		
14.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для отработки основных позиций ног		
15.		Занятие-игра	2	Упражнения для корпуса		
16.		Занятие-практикум	2	Упражнения для отработки основных позиций рук		
17.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для отработки основных позиций рук		
18.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для отработки основных позиций рук		
19.		Занятие-игра	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава		
20.		Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава		
21.		Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава		

22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
23.			Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
26.			Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
27.			Занятие-игра	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
28.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
29.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
30.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
31.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	

32.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
33.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
34.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
35.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
36.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
37.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
39.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
40.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	Тематический контроль
41.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
42.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
43.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
44.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
45.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	
46.			Комбинированное занятие	2	Вращения	Тематический контроль
47.			Занятие-практикум	2	Вращения	
48.			Комбинированное занятие	2	Вращения	

49.			занятие-практикум	2	Вращения	
50.			Занятие-практикум	2	Вращения	
51.			Занятие-игра	2	Вращения	
52.	январь		Занятие-практикум	2	Вращения	
53.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
54.			занятие-практикум	2	Вращения	
55.			Занятие-игра	2	Вращения	
56.			Занятие-практикум	2	Вращения	
57.			Комбинированное занятие	2	Вращения	
58.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
59.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	Тематический контроль
60.			Занятие-игра	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
61.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
62.		февраль		Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника
63.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
64.			Занятие-игра	2	Упражнения для развития	

					подвижности позвоночника	
65.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	Тематический контроль
66.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
67.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
68.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
69.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
70.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
71.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
72.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
73.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	Тематический контроль
74.	март		Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
75.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
76.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
77.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
78.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	

					прыжки	
79.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
80.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
81.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа.	
82.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
83.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
84.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
85.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
86.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа.	
87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
88.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
89.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
90.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
91.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	

92.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа	
93.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа	
94.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
95.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	
96.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
97.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики	
98.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики	
99.	май		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	Тематический контроль
100.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
101.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
102.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
103.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в	

					пространстве	
104.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Тематический контроль
105.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
106.			Комбинированное занятие	2	Знакомство с профессиями	
107.			Занятие-путешествие	2	Знакомство с профессиями	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация. 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	Вводное занятие	Вводный контроль
2.			Занятие-игра	2	Упражнения на координацию трёх центров	
3.			Комбинированное занятие	2	Упражнения на координацию трёх центров	
4.			Занятие-практикум	2	Свинг корпуса и рук	
5.			Занятие-практикум	2	Свинг корпуса и рук	
6.				Занятие-игра	2	Упражнения для

					развития подвижности позвоночника	
7.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
8.			Занятие-практикум	2	Упражнения стрейч – характера	
9.			Комбинированное занятие	2	Упражнения стрейч – характера	
10.	октябрь		Занятие-игра	2	Упражнения для головы (в положении сидя и в полуприседании)	
11.			Занятие-практикум	2	Упражнения для головы (в положении сидя и в полуприседании)	
12.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для плеч (в положении стоя, в полуприседании, сидя)	
13.			Занятие-игра	2	Упражнения для плеч (в положении стоя, в полуприседании, сидя)	
14.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя)	
15.			Занятие-игра	2	Упражнения для грудной клетки (стоя, в полуприседании,	

					сидя)	
16.			Занятие-практикум	2	Упражнения для корпуса (стоя)	
17.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для корпуса (стоя)	
18.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
19.			Занятие-игра	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
20.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
21.			Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
22.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
23.			Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
24.	ноябрь		Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	Тематический контроль
25.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
26.			Занятие-практикум	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	

27.			Занятие-игра	2	Упражнения для разогрева голеностопа и коленного сустава	
28.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	Тематический контроль
29.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
30.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
31.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
32.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
33.			Занятие-практикум	2	Работа над стопами и выворотностью	
34.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
35.			Занятие-игра	2	Работа над стопами и выворотностью	
36.			Комбинированное занятие	2	Работа над стопами и выворотностью	
37.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги	
38.	декабрь		Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
39.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги	
40.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги	Тематический контроль

41.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги		
42.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги		
43.			Занятие-практикум	2	Танцевальные шаги		
44.			Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги		
45.			Занятие-игра	2	Танцевальные шаги		
46.			Комбинированное занятие	2	Вращения	Тематический контроль	
47.			Занятие-практикум	2	Вращения		
48.			Комбинированное занятие	2	Вращения		
49.			занятие-практикум	2	Вращения		
50.			Занятие-практикум	2	Вращения		
51.			Занятие-игра	2	Вращения		
52.	январь		Занятие-практикум	2	Вращения		
53.			Комбинированное занятие	2	Вращения		
54.			занятие-практикум	2	Вращения		
55.			Занятие-игра	2	Вращения		
56.			Занятие-практикум	2	Вращения		
57.			Комбинированное занятие	2	Вращения		
58.				Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
59.				Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	Тематический контроль
60.				Занятие-игра	2	Упражнения для	

					развития подвижности позвоночника	
61.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
62.	февраль		Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
63.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
64.			Занятие-игра	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
65.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	Тематический контроль
66.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
67.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
68.			Комбинированное занятие	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
69.			Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности позвоночника	
70.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
71.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	

					прыжки	
72.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
73.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	Тематический контроль
74.	март		Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
75.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
76.			Занятие-игра	2	Трамплинные прыжки	
77.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
78.			Занятие-практикум	2	Трамплинные прыжки	
79.			Комбинированное занятие	2	Трамплинные прыжки	
80.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
81.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа.	
82.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
83.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
84.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.	
85.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.	
86.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа.	

87.	апрель		Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.		
88.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.		
89.			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа.		
90.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа.		
91.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
92.			Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа		
93.			Занятие-практикум	2	Постановочно-репетиционная работа		
94.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
95.			Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики		
96.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
97.			Занятие-игра	2	Элементы акробатики		
98.			Занятие-практикум	2	Элементы акробатики		
99.		май		Комбинированное занятие	2	Элементы акробатики	Тематический контроль
100.				Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
101.				Занятие-практикум	2	(Cross)	

					передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
102.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
103.			Занятие-практикум	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
104.			Комбинированное занятие	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	Тематический контроль
105.			Занятие-игра	2	(Cross) передвижения, шаги, прыжки, вращения. Ориентация в пространстве	
106.			Комбинированное занятие	2	Знакомство с профессиями	
107.			Занятие-путешествие	2	Знакомство с профессиями	
108.			Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Промежуточная 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
Физические данные		
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.
Музыкальность		
1.	Музыкальный слух	Показать рукой движение мелодии
2.	Ритм	Выполнить ритмическую хлопушку руками, ногами, выполнение движения с музыкой и изменением темпа
Артистичность		
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 ритмически рисунки.

Диагностический инструментарий
для учащихся по дополнительной общеразвивающей программе
«Современные эстрадные танцы»
(промежуточная аттестация)
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 аттестация)

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 педагог 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 аттестация)
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 *echarpe* (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 chainés*, 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 аттестация)
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»
(промежуточная аттестация)
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 промежуточной аттестации 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.

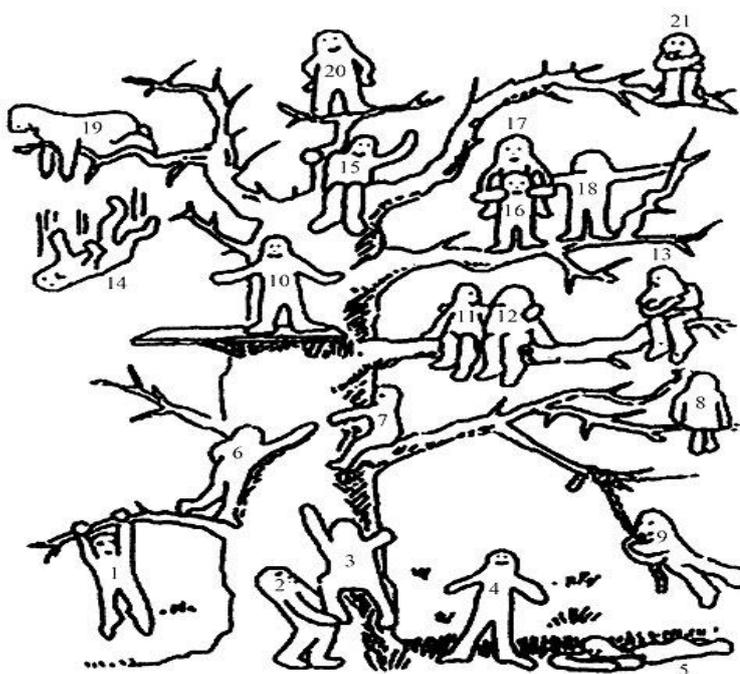
Интерпретация результатов.

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)

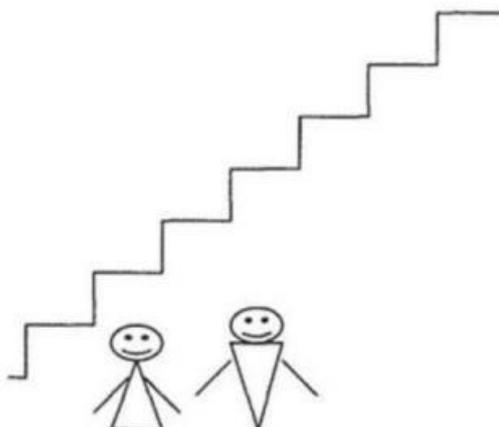
5	утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость
9	мотивация на развлечения
13, 21	отстраненность, замкнутость, тревожность
8	отстраненность от учебного процесса, уход в себя
10, 15	комфортное состояние, нормальная адаптация
14	кризисное состояние, «падение в пропасть»
20	часто выбирают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

Коммуникативные								
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

**Индивидуальный образовательный маршрут учащейся, занимающейся
в объединении «Современные эстрадные танцы»**

сроки реализации сентябрь 2025г. - май 2026г.

педагог дополнительного образования Юмашева Е.Г.

Учащаяся – Полина Н.

Пояснительная записка

Полина Н. занимается в объединении: «Современные эстрадные танцы» пятый год. Энергичная, любознательная, целеустремлённая девочка. Полина зарекомендовала себя, как способная ученица. Девочка с хорошими физическими данными, с хорошей природной фактурой. Очень старательная, воспитанная, отличается трудолюбием и исполнительностью. Девочка проявляет талант и способности в области хореографического искусства.

Актуальность

Современное состояние образования характеризуется интенсивным поиском наиболее эффективных форм образовательной деятельности, созданием таких условий обучения и развития одаренной личности, которые способствовали бы максимальному раскрытию их способностей.

Индивидуальный образовательный маршрут разработан для дальнейшего обучения теоретическим, историко-культурным и практическим основам хореографического искусства на примере современных направлений танца, раскрытие индивидуальных возможностей личности ребёнка в целом.

Совместная работа педагога и учащейся направлена на формирование предметных и универсальных умений, на получение учебных результатов в продуктивной форме.

Для Полины был разработан индивидуальный образовательный маршрут, в котором предлагаются более сложные и несколько опережающие программу индивидуальные творческие задания.

А также на индивидуальных занятиях с учащейся изучаются более сложные геометрические комбинации со сменой уровней и скорости движения.

В качестве «поля» для творческой деятельности нами было выбрано направление работы – постановка индивидуальных хореографических композиций.

Цель:

Создание условий для самовыражения и самореализации одаренного ребёнка в хореографической деятельности.

Задачи:

создать необходимые условия, «ситуации успеха» для более полного

удовлетворения интересов и потребностей учащегося;

способствовать повышению мотивации к обучению современному танцу;

создать условия для самовыражения, саморазвития, самоопределения ребенка;

способствовать повышению эффективности развития творческих способностей;

содействовать выбору индивидуального пути образования и развития ребенка, по которому он может продвигаться в приемлемом для него темпе;

содействовать развитию творческого мышления средствами современной хореографии и формированию музыкально-ритмических навыков, навыков самостоятельной работы.

Содержание индивидуального плана рассчитано на 36 занятий.

Периодичность занятий – 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Ожидаемые результаты:

будет иметь представления об истории и традициях танца;

овладеет приемами и техниками данного танца;

будет уметь создавать танцевальные комбинации на основе изученного материала;

будет уметь ставить цель, планировать и осознавать собственные действия по созданию продукта хореографического творчества.

Этапы реализации индивидуального образовательного маршрута

Этап / цель	Содержание	Предполагаемый результат
Подготовительный этап Цель: выявить индивидуальные интересы и творческие учащейся	1.Освоение базовых элементов танцевальной техники (hip-hop); 2.Работа над развитием подвижности позвоночника, гибкостью, силой и устойчивостью, осознанностью движения (зачем? что развивает? какие мышцы задействованы? и др.); 3.Развитие чувства ритма, мышечного чувства, мимической выразительности, развитию умения слышать музыку.	1.Развитие мотивации к познанию и творчеству; 2.Целенаправленное изучение возможностей и особенностей собственного тела; 3. Точное повторение предлагаемого танцевального материала и обязательное подчинение музыкальным канонам. Благодаря выполнению этих условий обучающийся подготовит себе грамотную техническую базу и выработает четкость исполнения и восприятия музыкального материала

<p>Основной этап</p> <p>Цель: способствовать дальнейшему развитию и реализации творческих способностей учащейся</p>	<p>1. Развитие технических навыков таких, как полицентрия и полиритмия (пространственная и ритмическая независимость различных двигательных центров)</p> <p>2. Освоение техники релиз в партере;</p> <p>3. Обучение элементам режиссуры, актерского мастерства, знакомство с композицией танцевального произведения;</p> <p>4. Импровизационная деятельность</p>	<p>1. Интенсивное включение в танцевальную деятельность;</p> <p>2. Освоение танцевальных техник с целью последующей творческой обработки их элементов в результате импровизационной деятельности;</p> <p>3. Раскрытие содержания и формы музыкального произведения, сценарной драматургии образа;</p> <p>4. Овладение методом ассоциативно-образного художественного мышления.</p>
<p>Итоговый этап</p> <p>Цель: содействовать выходу творческой деятельности учащейся на новый, более высокий уровень</p>	<p>1. Отработка сложных геометрических комбинаций из ранее изученных движений, со сменой уровней и скорости движения;</p> <p>2. Изучение элементов режиссуры, актерского мастерства, композиции танцевального произведения, основных средств выразительности танца;</p> <p>3. Видеоанализ</p>	<p>1. Концертная деятельность. Участие в различных конкурсах и фестивалях.</p> <p>2. Ориентация на индивидуальные особенности воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самобытность;</p> <p>3. Содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающегося, его адаптация в современном обществе</p>

Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности	1	-	1	Начальная диагностика
1.	Стретчинг и акробатика	5	1	4	Тематический контроль
2.	Композиция	5	1	4	

3.	Танцевальная импровизация	9	1	8	Тематический контроль
4.	Постановочно-репетиционная работа	10	-	10	
4.	Концертная деятельность	5	-	5	
	Итоговое занятие	1	-	1	Промежуточная аттестация
Итого:		36	3	33	

**Календарный учебный график
на 2025-2026 учебный год**

№ занятия	Месяц	Дата проведения	Тема	Количество часов	Формы аттестации/контроля
1.	Сентябрь	02.09.2025	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности	1	Начальная диагностика
2.	Сентябрь	09.09.2025	Диагностика мелкомоторных функций и эмоционально-волевой сферы	1	
3.	Сентябрь	16.09.2025	Стретчинг и акробатика	1	
4.	Сентябрь	23.09.2025	Постановочно-репетиционная работа	1	
5.	Сентябрь	30.09.2025	Постановочно-репетиционная работа	1	
6.	Октябрь	07.10.2025	Стретчинг и акробатика	1	
7.	Октябрь	14.10.2025	Стретчинг и акробатика	1	
8.	Октябрь	21.10.2025	Стретчинг и акробатика	1	
9.	Октябрь	28.10.2025	Стретчинг и акробатика	1	Тематический контроль
10.	Ноябрь	11.11.2025	Композиция	1	

11.	Ноябрь	18.11.2025	Композиция	1	
12.	Ноябрь	25.11.2025	Композиция	1	
13.	Декабрь	02.12.2025	Танцевальная импровизация	1	
14.	Декабрь	09.12.2025	Танцевальная импровизация	1	
15.	Декабрь	16.12.2025	Танцевальная импровизация	1	
16.	Декабрь	23.12.2025	Танцевальная импровизация	1	
17.	Декабрь	30.12.2025	Танцевальная импровизация	1	
18.	Январь	13.01.2026	Танцевальная импровизация	1	
19.	Январь	20.01.2026	Танцевальная импровизация	1	
20.	Январь	27.01.2026	Танцевальная импровизация	1	Тематический контроль
21.	Февраль	03.02.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
22.	Февраль	10.02.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
23.	Февраль	17.02.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
24.	Февраль	24.02.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
25.	Март	03.03.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
26.	Март	10.03.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
27.	Март	17.03.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	

28.	Март	24.03.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
29.	Март	31.03.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
30.	Апрель	07.04.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
31.	Апрель	14.04.2026	Постановочно-репетиционная работа	1	
32.	Апрель	21.04.2026	Концертная деятельность	1	
33.	Апрель	28.04.2026	Концертная деятельность	1	
34.	Май	05.12.2026	Концертная деятельность	1	
35.	Май	12.05.2026	Концертная деятельность	1	
36.	Май	19.05.2026	Концертная деятельность	1	Промежуточная аттестация
			Итого:	36 ч.	

Организационно-педагогические условия реализации индивидуального образовательного маршрута

Формы организации образовательного процесса

Основными формами организации образовательного процесса являются:

1. *Индивидуальные занятия* проводятся для удовлетворения познавательного интереса с отдельным обучающимся, на которых решаются задачи повышенной трудности, которые выходят за рамки дополнительной образовательной программы, даются рекомендации по самостоятельному освоению интересующих тем.

2. *Проектная деятельность* способствует развитию таких качеств, как коммуникабельность, самостоятельность, предприимчивость, а также творческих способностей. В ходе проектирования перед обучающимся всегда стоит задача представить себе еще не существующее, но то, что он хочет,

чтобы получилось в результате его активности. Он должен представить себе, что это должно быть и чем это должно быть для него.

3. Танцевальные конкурсы и фестивали активизируют познавательную и творческую деятельность обучающихся, способствуют повышению уровня восприятия, вызывая всплеск эмоций.

Требования к учебно-методическому и материально-техническому обеспечению образовательного процесса

Для реализации данного индивидуального образовательного маршрута

Необходимы следующие материально-технические ресурсы и средства обучения: хореографический класс с зеркалами, ноутбук, музыкальный центр, инвентарь для гимнастики и ритмики и т.д.