

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИВАНОВА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРЕНДОВ «ОМЕГА»

РЕКОМЕНДОВАНО  
Председатель КМС  
 М.И. Безрукова  
Протокол № 16  
от «14» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБУ ДО НОТ «Омега»  
 А.Е. Голубев  
Приказ № 177-ср  
от «31» 08 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Движение вверх. Хореография»  
(базовый уровень)**

Направленность: художественная  
Профиль: хореография  
Возраст детей: 7-14 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Кирилюк Светлана Романовна,  
педагог дополнительного образования

Иваново, 2023

## Содержание программы:

<b>Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»</b> .....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	4
1.3. Содержание программы.....	5
1.4. Планируемые результаты.....	14
<b>Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»</b> .....	14
2.1. Календарный учебный график.....	14
2.2. Условия реализации программы.....	14
2.3. Формы аттестации обучающихся.....	15
2.4. Оценочные материалы.....	16
2.5. Методические материалы.....	16
2.6. Список литературы.....	22
<b>Приложения к программе</b> .....	23

## **Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Влияние танца на развитие творческой деятельности ребенка очень велико. Его можно рассматривать как объект восприятия, предмет обучения, но можно подойти к нему и как к неотъемлемой части повседневной и бытовой жизни. Танец развивает ребенка в области эмоций – от импульсивных откликов на простейшие музыкальные явления к более выраженным разнообразным реакциям. К первым проявлениям музыкального вкуса, в области исполнительской деятельности – от демонстрации действия подражания к самостоятельным выразительным и творческим проявлениям в музыкально–ритмическом движении.

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Движение вверх. Хореография» заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам обучающихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних обучающихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает обучающихся к творчеству.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Движение и музыка, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Движение вверх. Хореография» (далее Программа) является программой художественной **направленности.**

**Профиль программы** – хореография.

**Уровень программы** – базовый. Программа «Движение вверх. Хореография» базового уровня является продолжением программы стартового уровня и направлена на дальнейшее изучение и закрепление техник танцевального искусства, а также знакомство и приобретение умений и навыков танца Джаз-модерн, Контемпорари, Джазовый танец. Содержание программы предполагает развивать творческую активность во всех доступных для детей видах музыкальной деятельности: передаче характерных образов в играх использование разученных танцевальных движений в новых, самостоятельно найденных сочетаниях, импровизации.

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

Программа обучения построена от простого к сложному. На данном этапе дети, освоив определенный уровень техники исполнения, работают над эмоциональностью, наполнением движения смыслом. Каждое отдельное занятие рассматривается, как одно из звеньев одной цепи учебного процесса. Программа имеет цикличную структуру, что позволяет возвращаться к изученному материалу, закрепляя его и постепенно усложняя на каждом последующем занятии.

**Адресат программы** – обучающиеся 7-14 лет.

**Объем и срок освоение программы.** Программа рассчитана на 2 года обучения (45 недель). Общее количество часов 1 года обучения 180. 2 год обучения 180.

**Особенности организации образовательной деятельности** – группы комплектуются из обучающихся, которые переводятся на базовый уровень обучения после освоения программы стартового уровня. Уровни взаимосвязаны и тематически дополняют друг друга при переходе с одного уровня обучения на другой, совершенствуются знания и умения, полученные на предыдущем уровне. Таким образом, обучающиеся имеют возможность непрерывного и полноценного обучения хореографии. Также на базовый уровень обучения принимаются дети по их желанию. В начале учебного года проводится первичная диагностика творческих способностей ребенка и его хореографических данных (приложение № 9). В зависимости от результатов диагностики дети могут быть зачислены в объединение, а в Программу могут вноситься корректировки по содержанию, формам и методам образовательного процесса или разрабатываться индивидуальные творческие планы обучения (в случае необходимости для одаренных детей). Образовательный процесс организуется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития ребенка.

Группы формируются постоянного состава. Наполняемость групп 10-12 человек.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование и развитие целеустремлённой творческой личности, готовой к самореализации через приобщение к миру танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

#### Личностные:

- приобщать обучающихся к ценностям мировой и отечественной культуры;
- воспитывать настойчивость, силу воли, стремление доводить начатое дело до конца, понимание значения результатов своего творчества;
- воспитывать творческую активность и самостоятельность;
- формировать нравственные качества, правильную самооценку и стремление совершать положительные дела и поступки;
- способствовать воспитанию культуры общения между обучающимися.

#### Метапредметные:

- развивать творческое самовыражение через танцевальное искусство;
- развивать психофизические качества, способствующие успешной самореализации;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- способствовать самостоятельному, физическому и нравственному самосовершенствованию;
- развивать творческие способности обучающихся: артистизм, фантазию, способность к импровизации;

#### Предметные:

- обучить практическим умениям и навыкам в различных видах музыкально-творческой и исполнительской деятельности;
- обучить точной выразительной передаче характера создаваемого сценического образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- обучить основам хореографического - исполнительского мастерства;
- обучить движения разных по стилю танцевальных форм.
- формировать практические хореографические навыки.

**1.3. Содержание программы  
Учебно-тематический план**

**1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	беседа, опрос, диагностика
<b>2.</b>	<b>Основы актёрского мастерства</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2.1	Импровизация	2	1	1	Беседа, контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
2.2	Хореографические этюды	2	1	1	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, опрос
<b>3.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	
3.1	Музыкальный темп	4	1	3	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
3.2	Упражнения на координацию движений, игры	4	1	3	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>4.</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
4.1	Танцевальные шаги и движения	6	2	4	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
4.2	Прыжки	6	2	4	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>5</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	
5.1	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение

5.2	Упражнения для эластичности мышц спины	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
5.3	Упражнения для выворотности ног	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
5.4	Растяжка	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>6</b>	<b>Классический танец</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	
6.1	Постановка корпуса; позиции рук; позиции ног у станка	6	1	5	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
6.2	Начальные элементы экзерсиса(повторение)	6	1	5	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
6.3	Начальные элементы экзерсиса на середине зала	6	1	5	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
6.4	Прыжки (allegro)	6	1	5	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>7.</b>	<b>Вращения</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
7.1	Pirouette, шене, упражнения на равновесия	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ
7.2	Туры в воздухе на 180° и 360°	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>8.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	
8.1	Пластика тела	14	1	13	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение

8.2	Музыкально-ритмическая координация	14	1	13	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>9.</b>	<b>Джаз-модерн танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
9.1	Изоляция, полицентрия	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
9.2	Координация	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>10</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Итоговая диагностика Открытое занятие. Выступление
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>23</b>	<b>121</b>	

#### Учебно-тематический план в календарный и летний период 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>ОФП</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>16</b>		<b>16</b>	
2.1	Упражнения для выворотности ног	8		8	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение
2.2	Растяжка	8		8	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение
<b>3.</b>	<b>Игры на координацию и воображение</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	

#### Содержание учебно-тематического плана

##### Раздел 1. Вводное занятие.

*Теория:* беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. План работы УТП на уч. год. Правила поведения на занятии. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности и противопожарной

безопасности.

**Практика:** учебно-тренировочные эвакуации. Начальная диагностика детей.

## **Раздел 2. Основы актёрского мастерства.**

**Теория:** беседа с детьми о хореографии, как сценическом искусстве.

**Практика:** перевоплощения в разных персонажей. Игры на воображение. (См. приложение № 4). Постановка хореографических этюдов для воображения. Танцевальная импровизация. Самостоятельное сочинение движений под музыку.

## **Раздел 3. Ритмика.**

**Теория:** беседа о музыке, ритмическом рисунке, оттенках в музыке.

**Практика:** изучение и выполнение упражнений в соединении с музыкальным текстом. Игры на координацию.

- различие динамических оттенков в музыке: «громко – тихо», «быстро – медленно»;
- акцентированный марш на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши;
- отбивание музыкального ритма хлопками в ладоши и ударами ног;
- построения и перестроения в рисунки «Колонна», «Линия», «Круг», «Диагональ», «Улитка», «Полукруг», «Змейка» различными танцевальными шагами по инструкции педагога;
- построения в 2 колонны и перестроения по 2 кругам танцевальными шагами по инструкции педагога;
- перестроения в пространственных ориентирах с выбранными водящими;
- повороты направо и налево в колонне, линии и круге.

## **Раздел 4. Танцевальная азбука.**

**Теория:** беседа о красоте движений в танце: выразительность, пластичность, грациозность и изящество. Беседа о технике безопасности выполнения движений.

**Практика:** изучение и выполнение танцевальных шагов, прыжков движений и упражнений.

### **4.1 Танцевальные шаги и движения.**

- поклон для мальчиков, реверанс для девочек;
- шаг галопа вперед и в сторону,
- подскоки с ноги на ногу,
- бег с захлестом голени,
- бег с высоким подниманием бедра,
- шаги – пружинки вперед и назад, вправо и влево.

Комбинации из изученных танцевальных шагов.

### **4.2 Прыжки (см. Приложение 6)**

- прыжки с двух ног на две;
- прыжки с двух ног на одну;
- с одной ноги на одну;
- с одной ноги на две.

На месте, с продвижением в повороте.

- прыжок шагом вперед-вверх выполняется последовательно с правой и левой ноги;
- прыжок шагом - кольцом вперед-вверх выполняется последовательно с правой и левой ноги;
- прыжок «пистолет» выполняется последовательно с правой и левой ноги;
- прыжок боком поперечный шпагат.

## **Раздел 5. Партерная гимнастика.**

**Теория:** теоретические основы упражнений.

**Практика:** выполнения упражнений.

### **5.1 Упражнения укрепления мышц брюшного пресса**

- Проход в планку;



- Ходьба на четвереньках;
- Скручивания лёжа;
- Двусторонние подъёмы корпуса;
- Повороты туловища
- Одновременный подъём рук и ног;
- Скручивания велосипедиста;
- Уголок;
- Планка

#### 5.2 Упражнения для эластичности мышц спины

- Прогиб назад стоя;
- «Пловец»;
- Прогиб назад лёжа;
- Захват стопы на четвереньках;
- Полумостик, мостик;
- Колечко
- Поза верблюда
- Поза лодочка
- Поза корзинки

#### 5.3 Упражнения для выворотности ног

- «Бабочка»;
- «Лягушка»;
- Угол;
- Выворотная складочка сидя;
- Складочка с оттягиванием носка;
- Лёжа на животе ноги в первой позиции;
- Ноги вверх по первой позиции;
- «Passe' с разворотом колена».

#### 5.4 Растяжка

- Наклоны вперед стоя, сидя;
- Наклон сидя к одной ноге;
- Продольный шпагат вперед с обеих ног, поперечный шпагат.

### **Раздел 6. Классический танец**

**Теория:** методика исполнения элементарных движений классического экзерсиса. Работа над правильной формой движений с укреплением мышц ног, выработкой устойчивости, совершенствованием координации и развитием музыкальности и танцевальности.

**Практика:** постановка корпуса и головы, позиций ног и рук. Повторение изучения начальных элементов экзерсис у станка. Изучение начальных элементов экзерсиса на середине зала. Изучение прыжков.

#### 6.1 Постановка корпуса; позиции рук; позиции ногу станка.

##### **Позиции ног.**

*Первая позиция.* Ступни ног, соприкасаясь пятками, развернуты носками наружу, образуя прямую линию на полу.

*Вторая позиция.* Сохраняется прямая линия первой позиции, но пятки выворотных ног стоят одна от другой примерно на длину стопы.

*Третья позиция.* В том же выворотном положении ног ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга наполовину.

*Пятая позиция.* Ступни, плотно прилегая, совершенно закрывают друг друга: пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

*Шестая позиция (самая простая).* Стопы стоят параллельно друг друга (пятки и носки сомкнуты).

*Четвертая позиция (самая сложная).* Сохраняется выворотность пятой позиции, но ноги не соприкасаются: одна находится параллельно другой на расстоянии стопы.

### **Позиции рук.**

*Подготовительное положение.* Руки свободно опущены, закруглены в локтях и кистях и расположены перед корпусом, образуя овал. Кисти почти соприкасаются.

*Первая позиция.* Руки, сохраняя округлость, поднимаются на высоту диафрагмы. Во время движения их следует поддерживать в двух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне.

*Вторая позиция.* Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они постепенно раскрываются в стороны, начиная движение от пальцев. При этом они поддерживаются в двух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне. В конце движения руки находятся несколько впереди корпуса, продолжая линию раскрытых и опущенных плеч.

*Третья позиция.* Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они поднимаются вверх, как бы заключая голову в овальную рамку.

#### 6.2 Начальные элементы экзерсиса (повторение)

**Demiplie, Grand plié** (деми-плие, гран плие) (маленькое, полуприседание, большое приседание).

**Battement tendu** (батман тандю) – «отведение и приведение ноги по полу».

**Battement tendu jetes** (батман тандю жете) маленький бросок ноги. натянутые движения с броском. «фиксированный бросок ноги в точку на 25°, 35° и 45°».

**Ronds de jambeparterre** (ронд де жамб партер – круг ногой по полу).

**Endehors** (ан деор, франц. – наружу) вращательное движение, направленное наружу. Движение выполняется в сторону от опорной ноги

**Endedans** (ан дедан, от франц. – внутрь) вращательное движение, направленное внутрь. Движение выполняется в сторону опорной ноги.

**Battement fondu** (батман фондю) это «мягкое», «тающее» движение. Выполняется вперёд, в сторону, назад.

**Battement fondu** – это одновременное сгибание и разгибание обеих ног в тазобедренном и коленном суставах.

**Grand battement jete** (гран батман жете) – большой бросок ноги. Выполняется на 90° и выше в направлении вперед, в сторону, назад.

#### 6.3 Начальные элементы экзерсиса на середине зала.

1. Позиции ног – I, II, III, V.

2. Позиции рук – подготовительное положение; 1, 2, 3 позиции.

3. Demi-pliés – по I, II и V позициям en face (прямо).

4. Grand plies в I и II позициям en face (прямо).

5. Battements tendus:

- из I и V позиций во всех направлениях;

7. Rond de jambeparterre en dedans.

8. Relevés в I и II позициях на полупальцы:

- с вытянутых ног;

- с demi-plies.

#### 6.4 Прыжки (allegro)

**Аллегро** (allegro в итальянском значит скоро, ловко, быстро).

**Saute-cote** – (с франц. время прыгать) самый простой прыжок классического танца.

Исполняется по I, II и V, но возможно исполнение по другим позициям ног.

### **Раздел 7. Вращения.**

**Теория:** Беседа, знакомство с хореографической терминологией.

**Практика:** Выполнение упражнений.

7.1. Pirouette, шене, упражнения на равновесия.

**Pirouette:** вращательное движение, состоящее из двух поворотов, осуществляемых одним непрерывным движением, как правило, эти повороты исполняются быстро. **Tour:** любое движение, при исполнении которого танцовщик поворачивается вокруг собственной оси. Повороты исполняются на полупальцах, чтобы как можно меньше соприкасаться с полом.

Упражнения на равновесия:

- Цапля;
- Стоя на полупальцах;
- Ласточка;
- Ходьба на месте с закрытыми глазами.

7.2 Туры в воздухе на 180° и 360°

Подготовку к туру в воздухе начинают сначала на 1/4, затем на 1/2 поворота и только по усвоению материала переходят к изучению тура на 360°.

Изучение и формирование умений и навыка выполнения тура в воздухе сначала на 1/4, затем на 1/2 поворота и затем, изучение тура на 360°. (см. Приложение 5)

### **Раздел 8. Эстрадный танец.**

**Теория:** беседа с детьми на тему эстрадного танца, как вида сценического искусства.

**Практика:** повторение изучения элементов эстрадных танцев. Музыкально-ритмическая координация. Работа на координацию движений головы, рук и ног. Растяжка. Прыжок.

### **Раздел 9. Джаз-модерн танец.**

**Теория:** беседа об истории танца, изучение движений танца.

**Практика:** выполнение танцевальных упражнений.

9.1 Изоляция, полицентрия.

Знакомство с понятием полицентрия, основополагающим принципом танцевальной техники, а также с – изоляцией, основным техническим приемом, с которого начинается обучение джаз-танцу.

голова: крест; квадрат; круг, полукруг; sundari (крест, квадрат)

плечи: крест; квадрат; круг; полукруг.

грудная клетка: подъем вверх; квадрат; полукруги

пелвис: крест; квадрат; полукруги; круг; hip lift.

различные вариации основных позиций и положений (А-Б-В) положение jazz hand

ноги: catch step; prance; kick.

9.2 Координация.

При движении двух или более центров одновременно возникает необходимость их скоординировать. Координация осуществляется двумя способами: импульсом, при котором два или несколько центров приводятся в одновременное движение, либо применяется принцип управления, т.е. центры включаются в движение последовательно.

Координация двух центров:

- свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад;
- то же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед;
- параллельные движения головой и пелвисом из стороны в сторону (то же оппозиционно);
- полукруги головой и пелвисом (то же оппозиционно);
- головой вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди - назад и сзади – вперед (то же оппозиционно);
- голова исполняет наклоны вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону;
- голова исполняет sundari вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз;
- голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат);

– крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног;

#### **Раздел 10. Итоговое занятие.**

**Практика:** Подведение итогов. Диагностика. Выступление.

### **Содержание учебно-тематического плана на летний период**

#### **Раздел 1. ОФП**

**Теория:** Общая физическая подготовка (ОФП) – направлена на общее развитие и укрепление организма танцора в целом и обеспечивает повышение функциональных возможностей всех органов и систем, развитие двигательной мускулатуры, улучшение координации, увеличение до требуемого уровня силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, исправление дефектов телосложения и осанки. Используются упражнения из различных видов спорта.

**Практика:** Выполнения упражнений.

Упражнения для развития прыгучести.

1. Прыжки с возвышения от 20 до 60 см (в зависимости от возраста и подготовленности занимающихся) с последующим отскоком в прыжок ноги врозь (2-3 раза). Выполняются в течение 30-40 секунд. После отдыха 2-3 мин задание повторяется.

2. Прыжки на возвышение (20-30 см) в максимальном темпе в течение 30-40 сек. Упражнение выполняется сериями с интервалом отдыха от 30 сек. до 2-3 мин.

2. В исходном положении стойка на одной, другая согнута, носок у колена с опорой. Прыжки на одной при жесткой фиксации свободной ноги. Выполняется без помощи и с помощью рук. В фазе полета обращается внимание на оттянутый носок толчковой ноги. Дозировка подбирается индивидуально, количество прыжков постепенно увеличивается.

2. Выполнение серии прыжков до предела: 4 прыжка на двух ногах, 4 прыжка сгибая ноги (бедра параллельно полу), 4 прыжка ноги врозь с максимальным их разведением.

Прыжки через скакалку, отжимания, пресс, приседания.

Круговая тренировка.

#### **Раздел 2. Партерная гимнастика.**

**Теория:** Теоретические основы упражнений.

**Практика:** Выполнение упражнений

##### 2.1. Упражнения для выворотности ног

- «Бабочка»;
- «Лягушка»;
- Угол;
- Выворотная складочка сидя;
- Складочка с оттягиванием носка;
- Лёжа на животе ноги в первой позиции;
- Ноги вверх по первой позиции;
- «Passe' с разворотом колена».

##### 2.4. Растяжка

- Наклоны вперед стоя, сидя;
- Наклон сидя к одной ноге;
- Продольный шпагат вперед с обеих ног, поперечный шпагат.

#### **Раздел 4. Игры на координацию и воображения.**

**Теория:** Проверка музыкального слуха.

**Практика:** Музыкально-ритмические игры.

**Учебно-тематический план 2 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	беседа, опрос, диагностика
<b>2.</b>	<b>Основы актёрского мастерства</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
2.1	Импровизация	4	2	2	Беседа, контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
2.2	Хореографические этюды	4	2	2	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, опрос
<b>3.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	
3.1	Музыкальный темп, динамика движения, характер.	4	1	3	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
3.2	Упражнения на координацию движений	4	1	3	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>4.</b>	<b>Азбука танцевального движения</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
4.1	Танцевальные переходы и рисунки	6	2	4	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
4.2	Прыжки, подскоки в ритме разной музыки	6	2	4	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>5</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	
5.1	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение

5.2	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
5.3	Упражнения на развитие выворотности ног	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
5.4	Растяжка ног шпагаты	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>6</b>	<b>Классический танец</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	
6.1	Экзерсис на середине зала	12	1	11	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
6.2	Port de bras	12	1	11	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
<b>7.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	
7.1	Пластика тела	14	1	13	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
7.2	Музыкально-ритмическая координация	14	1	13	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>8.</b>	<b>Джаз-модерн танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
8.1	Изоляция, полицентрия	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
8.2	Координация	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>9</b>	<b>Современный танец</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	

9.1	Изучение swing	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
9.2	Экзерсис на середине зала	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
9.3	Передвижение в пространстве	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
9.4	Работа с полом	8	1	7	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>10</b>	<b>Работа над репертуаром</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	Педагогическое наблюдение Выступление
<b>11</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Итоговая диагностика Открытое занятие. Выступление
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>23</b>	<b>121</b>	

#### Учебно-тематический план в календарный и летний период 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>ОФП</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение, анализ, опрос
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>16</b>		<b>16</b>	
2.1	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника	8		8	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение

2.2	Растяжка ног шпагаты	8		8	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение
<b>3</b>	<b>Современный танец</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
3.1	Работа с полом	4		4	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение
3.2	Экзерсис на середине зала	4		4	Беседа, контрольные упражнения, наблюдение
	<b>Всего:</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	

#### 1.4 . Планируемые результаты

##### Личностные:

- сформирован познавательный интерес к хореографическому искусству на основе раскрытия его многообразия и красоты;
- проявляют настойчивость, сила воли, стремление доводить начатое дело до конца, понимание значения результатов своего творчества;
- проявляют творческую активность и самостоятельность;;
- сформировано социальное взаимодействие со сверстниками и взрослыми при различной совместной деятельности;

##### Метапредметные:

- проявляют творческое самовыражение через танцевальное искусство;
- развиты психофизические качества, способствующие к успешной самореализации;
- сформирована потребность ведения здорового образа жизни,
- сформирована способность к самостоятельному, физическому и нравственному самосовершенствованию;
- проявляют артистизм, способность к импровизации;
- развито творческое воображение и пластическая память, координация движений, хореографическое мышление.

##### Предметные:

- приобретены практические умения и навыки в различных видах музыкально-творческой и исполнительской деятельности;
- приобретены точные выразительные передачи характера создаваемого сценического образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- проявляют хореографически-исполнительское мастерство;
- сформированы практические хореографические навыки
- умеют создать сценический образ путем пластического исполнения
- исполняют хореографические произведения в предлагаемых сценических обстоятельствах

#### Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

##### 2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель - 45;



Даты начала и окончания обучения по программе – учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа. (Приложение №1)

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

- специально оборудованный класс (зеркала, станки, стулья, скамейки, коврики);
- наличие у детей специальной формы и обуви для танцев;
- комната для переодевания мальчиков и девочек, соответствующий нормам

СанПин;

- наличие танцевальных костюмов;
- ноутбук;
- аудиоаппаратура с флеш-носителем;
- музыкальные колонки.

### Информационное обеспечение:

- аудио,
- видео,
- интернет-источники.
- музыкальный материал для проведения занятий;
- презентации и видео-уроки (обучающие фильмы по формированию навыков

ЗОЖ, правильном питании, вредных привычках и т. д.);

- наличие музыкальной фонотеки.

**Кадровое обеспечение** - занятие по Программе проводит мастер спорта, педагог со средним профессиональным образованием, окончивший с отличием «Ивановский колледж культуры».

## 2.3. Формы аттестации обучающихся

Формы подведения итогов реализации Программы осуществляются согласно «Положению о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МБУ ДО ЦОТ «Омега».

Способы определения результативности, используемые при реализации ДООП: педагогическое наблюдение, педагогический анализ, контрольные упражнения, опрос, тестирование, открытое занятие, участие в конкурсах, концерты, фестивали, турниры.

В программу заложены следующие виды контроля:

1. Начальный (или входная диагностика) - проводится с целью определения творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков в области хореографии (в начале учебного года).

2. Текущий контроль – с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала согласно УТП.

Текущий контроль проводится в течение всего учебного года в соответствии с разделами учебного плана Программы по мере изучения разделов и отдельных тем.

Основными методами диагностики текущего контроля по Программе является *наблюдение* за детьми в процессе движения под музыку и без музыки, в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий, педагогический анализ, опрос и ведение мониторинга на основе полученных данных.

3. Промежуточная аттестация – определяет успешность развития обучающихся и уровень усвоения ими Программы за определенный промежуток учебного времени – полугодие.

Промежуточная диагностика проводится 2 раза в год в конце каждого полугодия по изученным разделам Программы для выявления уровня знаний и умений обучающихся, проверки динамики физического и творческого развития ребенка. Основными формами проведения являются занятие – зачет, занятие-перевоплощение, занятие-игра на которых оцениваются степень овладения элементами ОФП (индивидуально), творческое развитие

(музыкальный слух, эмоциональность, воображение, креативность). Проводится также анкетирование по терминологии.

4. Итоговая аттестация – проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия планируемым результатам по окончанию изучения полного курса Программы.

Форма проведения аттестации - занятие-зачет. На нем обучающиеся демонстрируют владение упражнениями по ОФП и танцевальными движениями (индивидуально, с оцениванием). В конце занятия индивидуально оценивается уровень растяжки и уровень творческого развития ребенка.

#### **2.4. Оценочные материалы**

В рамках реализации программы проводятся психологический и педагогический мониторинги.

Психологический мониторинг проводится 3 раза в год (в начале, середине и конце учебного года) по следующим параметрам: личностная сфера, регулятивная сфера, коммуникативная сфера (Приложение №3).

Педагогический мониторинг проводится по следующим направлениям: результаты освоения программы, уровень сформированности развиваемых компетенций, развитие познавательных и личностных качеств обучающихся, участие в мероприятиях, участие в конкурсах (Приложение №4)

Важное значение в мониторинге результатов освоения программы придается обратной связи от обучающихся, рефлексии (саморефлексии). Также оценивается участие в конкурсах различного уровня и их результативность. Оценивается также портфолио обучающегося.

Программа предусматривает диагностические методики, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов:

а) для диагностики личностных результатов, уровня самооценки используется метод наблюдения и методика «Лесенка» (приложение 5);

б) для определения особенности психоэмоционального состояния обучающихся – методика «Кактус» (приложение 6);

в) для диагностики предметных результатов используется метод педагогического наблюдения, который диагностируют у обучающихся правильное выполнение различных танцевальных движений, музыкальность, выразительность исполнения танцевальных композиций, умение работать в хореографическом коллективе, высокую технику исполнения, владение навыками сольного исполнения танцевального номера.

Усвоения программного материала детьми, и развитие других личностных качеств, обучающихся определяются по трем уровням:

- *высокий уровень* – программный материал усвоен обучающимся полностью, точное знание терминологии и правил исполнения танцевальных движений, музыкальность, выразительность исполнения танцевальных композиций, умение работать в хореографическом коллективе, техника исполнения высокая, владение навыками сольного исполнения танцевального номера.

- *средний уровень* - неполное владение теоретическими знаниями, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций, с точки зрения музыкальности, координации движений, умение работать в хореографическом коллективе, техника исполнения низкая.

- *низкий уровень* – слабое усвоение теоретического программного материала, техника исполнения низкая, недостаточное владение навыками работы в хореографическом коллективе, частичный ввод в репертуар ансамбля.

Диагностика усвоения программного материала проводится в соответствии с критериями: теоретическая подготовка, практические навыки.

#### **2.5. Методические материалы**

### **Методы обучения:**

**Метод показа:** показывая детям движения, педагог дает им возможность увидеть художественное воплощение образа.

**Словесный метод:** разговорная речь является связующим звеном между движениями и музыкой. Описывается техника движений, связанная с музыкой, дается терминология, историческая справка о танцевальном искусстве.

**Импровизационный метод:** при обучении танцам следует постепенно подводить детей к свободному, непринужденному движению, такому, как подсказывает музыка. При использовании этого метода не надо никакого предварительного прослушивания музыки. Дети должны попытаться сами найти нужные движения. Также не рекомендуется подсказывать им вид движения. Но при этом надо внимательно наблюдать за тем, чтобы дети не придумывали движения, которые не связаны с музыкой.

**Метод иллюстративной наглядности:** демонстрация видеofilмов, видеороликов с танцевальной тематикой (концертные выступления различных коллективов, курсы растяжек и пр.).

**Практический метод:** упражнения на дыхание, сюжетно-ролевые игры, исполнение танцев.

**Игровой метод** - это рычаг умственного развития детей, помогает раскрепоститься и преодолевать трудности в усвоении учебного материала. А игры-превращения помогут научить детей выразительному выполнению движений, разовьют их фантазию и воображение.

### **Формы организации образовательной деятельности:**

- индивидуальная;
- групповая;
- парная;
- массовая;
- репетиционная (постановочная).

### **Формы организации учебного занятия:**

- практическое занятие;
- конкурс;
- репетиция;
- концерт;
- открытое занятие

### **Педагогические технологии, используемые во время занятий:**

Личностно-ориентированные

Здоровьесберегающие технологии – технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.

Технология развивающего обучения - ориентация образовательной деятельности на потенциальные возможности ребенка и их реализацию.

Технология творческой деятельности - организация совместной деятельности педагога и обучающихся, направленность деятельности детей на результат.

Технология дифференцированного обучения - усвоение программного материала с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Игровые технологии - главная задача: пробуждение интереса через игру к регулярным занятиям хореографией, развитие коллективизма, целеустремленности, чувства взаимопомощи и ответственности.

### **Алгоритм учебного занятия:**

**Структура занятия по хореографии является классической:**

подготовительная, основная, заключительная части.

• Подготовительная часть (приветствие, установление взаимодействия между всеми субъектами на занятии, создание благоприятной психологической атмосферы на занятии, включение всех обучающихся в работу, целеполагание.

Идет подготовка организма ребенка, его центральной нервной системы, различных функций к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

- Основной этап – решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, пластичности, координации в целом.

- Заключительная часть занятия - используются упражнения на расслабление мышц, музыкально-подвижные игры, творческие этюды, где необходима эмоциональная разрядка. В заключительной части занятия подводятся итоги и проходит рефлексия.

## 2.6. Список литературы

### Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Локальный акт «Положение о разработке, порядке утверждения, реализации и корректировки общеобразовательных программ в МБУ ДО ЦОТ «Омега».
6. Локальный акт «Положение о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МБУ ДО ЦОТ «Омега».

### Литература для педагога

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 1996. - 256 с.
2. Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 2. Том 6. С. 87-91.
3. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
4. Лукьянова Е.А.: Дыхание в хореографии. - М.: Искусство, 1989
5. Раздрокина Л.Л.: Танцуйте на здоровье!. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
6. Шипилина И.А.: Хореография в спорте. - Ростов на/Д: Феникс, 2004
7. «Танцы» Люси Смит, Москва «Астель» 2001г.
8. «Основы современного танца» С.С. Полятков, Ростов-на-Дону «Феникс» 2006г
9. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника» В.Ю.Никитин.
10. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих (+ DVD-ROM) / Н.А. Александрова, В.А. Голубева. - М.: Лань, Планета музыки, 2016. - 128 с.
11. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2015. - 272 с.
12. Костровицкая, В. Школа классического танца / В. Костровицкая, А. Писарев. - М.: Искусство, 2014. - 272 с.
13. Крылов, В. Н. Памятка по современному танцу / В.Н. Крылов, Г.И. Беляев. - М.: ГосФилармония на КМВ, 2015. - 795 с.

14. Абдоков Ю. Музыкальная поэтика хореографии: пластическая интерпретация музыки в хореографическом искусстве. Взгляд композитора. - Москва: МГАХ: РАТИ-ГИТИС, 2009. - 272с.

15. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1983. - 288с.

16. Выготский Л.С. Психология искусства. - Искусство, 1986.- 215с.

Приложение № 1

**Календарный учебный график на 2023/2024 уч. год**

**Программа (название, уровень): «Движение вверх» базовый уровень**

**Год обучения: 1**

**Номер группы: 1**

№	Дата (число, месяц)	Форма занятий	Кол- во часо в	Раздел УТП	Тема занятий
1.	4.09	Практическое занятие	2	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Начальный мониторинг.
2.	6.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация
3.	11.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
4.	13.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация
5.	18.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
6.	20.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп
7.	25.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию, игры
8.	27.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
9.	2.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
10.	4.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп
11.	9.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию, игры
12.	11.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
13.	16.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
14.	18.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
15.	23.10	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
16.	25.10	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки

17.	30.10	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка
18.	1.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка
19.	6.11	Практическое занятие	2	Вращения	Pirouette, шене, упражнения на равновесие
20.	8.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка
21.	13.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
22.	15.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
23.	20.11	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
24.	22.11	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки
25.	27.11	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
26.	29.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук; позиции ног у станка
27.	4.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
28.	6.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
29.	11.12	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки
30.	13.12	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
31.	18.12	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук; позиции ног у станка
32.	20.12	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
33.	25.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
34.	27.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
35.	10.01	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
36.	15.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
37.	17.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
38.	22.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
39.	24.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
40.	29.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела

41.	31.01	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
42.	5.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
43.	7.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
44.	12.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
45.	14.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
46.	19.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
47.	21.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
48.	26.02	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
49.	28.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности
50.	4.03	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
51.	6.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
52.	11.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
53.	13.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
54.	18.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
55.	20.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
56.	25.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса на середине зала
57.	27.03	Практическое занятие	2	Вращения	Piouette, шене, упражнения на равновесие
58.	1.04	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
59.	3.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
60.	8.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
61.	10.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
62.	15.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса на середине зала)
63.	17.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Прыжки (allegro)
64.	22.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
65.	24.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация

66.	29.04	Практическое занятие	2	Вращения	Pirouette, шене, упражнения на равновесие
67.	6.05	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
68.	8.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
69.	13.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
70.	15.05	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
71.	20.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
72.	22.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
73.	27.05	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
74.	29.05	Практическое занятие	2	Итоговое занятие	Итоговый мониторинг. Открытое занятие. Выступление
75.	3.06	Практическое занятие	2	Игры на координацию и воображение	Игры на координацию и воображение
76.	5.06	Практическое занятие	2	Игры на координацию и воображение	Игры на координацию и воображение
77.	10.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
78.	17.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
79.	19.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
80.	24.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
81.	26.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
82.	12.08	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
83.	14.08	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
84.	19.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
85.	21.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
86.	26.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
87.	28.08	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
	<b>Всего</b>		<b>174 ч.</b>		



**Календарный учебный график на 2023/2024 уч. год**

**Программа (название, уровень): «Движение вверх» базовый уровень**

**Год обучения: 1**

**Номер группы: 2**

№	Дата (число, месяц)	Форма занятий	Кол- во часо в	Раздел УТП	Тема занятий
1.	4.09	Практическое занятие	2	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Начальный мониторинг.
2.	7.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация
3.	11.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
4.	14.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация
5.	18.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
6.	21.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп
7.	25.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию, игры
8.	28.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
9.	2.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
10.	5.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп
11.	9.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию, игры
12.	12.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
13.	16.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
14.	19.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
15.	23.10	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
16.	26.10	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки
17.	30.10	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка
18.	2.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка
19.	6.11	Практическое занятие	2	Вращения	Pirouette, шене, упражнения на равновесие
20.	9.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук, ног у станка

21.	13.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
22.	16.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
23.	20.11	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
24.	23.11	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки
25.	27.11	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
26.	30.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук; позиции ног у станка
27.	4.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
28.	7.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
29.	11.12	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Прыжки
30.	14.12	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
31.	18.12	Практическое занятие	2	Классический танец	Постановка корпуса; позиции рук; позиции ног у станка
32.	21.12	Практическое занятие	2	Танцевальная азбука	Танцевальные шаги и движения
33.	25.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
34.	28.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
35.	11.01	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
36.	15.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
37.	18.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
38.	22.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
39.	25.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
40.	29.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
41.	1.02	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
42.	5.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
43.	8.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
44.	12.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса

45.	15.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины
46.	19.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
47.	22.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
48.	26.02	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
49.	29.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности
50.	4.03	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
51.	7.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
52.	11.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
53.	14.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
54.	18.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
55.	21.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
56.	25.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса на середине зала
57.	28.03	Практическое занятие	2	Вращения	Pirouette, шене, упражнения на равновесие
58.	1.04	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
59.	4.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
60.	8.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
61.	11.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса (повторение)
62.	15.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Начальные элементы экзерсиса на середине зала)
63.	18.04	Практическое занятие	2	Классический танец	Прыжки (allegro)
64.	22.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
65.	25.04	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
66.	29.04	Практическое занятие	2	Вращения	Pirouette, шене, упражнения на равновесие
67.	2.05	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
68.	6.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентриа
69.	13.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация

70.	16.05	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
71.	20.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
72.	23.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
73.	27.05	Практическое занятие	2	Вращения	Туры в воздухе на 180* и 360*
74.	30.05	Практическое занятие	2	Итоговое занятие	Итоговый мониторинг. Открытое занятие. Выступление
75.	3.06	Практическое занятие	2	Игры на координацию и воображение	Игры на координацию и воображение
76.	6.06	Практическое занятие	2	Игры на координацию и воображение	Игры на координацию и воображение
77.	10.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
78.	13.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
79.	17.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
80.	20.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
81.	24.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
82.	27.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
83.	12.08	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка
84.	15.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
85.	19.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
86.	22.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
87.	26.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
88.	29.08	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
	<b>Всего</b>		<b>176 ч.</b>		

**Календарный учебный график на 2023/2024 уч. год**

**2 год обучения**

**Программа (название, уровень): «Движение вверх» базовый уровень**

**Год обучения: 2**

**Номер группы: 3**

№	Дата (число, месяц)	Форма занятий	Кол- во часо в	Раздел УТП	Тема занятий
1.	5.09	Практическое занятие	2	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Начальный мониторинг.
2.	7.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация,
3.	12.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
4.	14.09	Практическое занятие	2	Основы актерского мастерства	Импровизация,
5.	19.09	Практическое занятие	2	Основы актёрского мастерства	Хореографические этюды
6.	21.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп, динамика движения, характер
7.	26.09	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию движений
8.	28.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
9.	3.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
10.	5.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Музыкальный темп, динамика движения, характер
11.	10.10	Практическое занятие	2	Ритмика	Упражнения на координацию движений
12.	12.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
13.	17.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
14.	19.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для выворотности ног
15.	24.10	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Танцевальные переходы рисунки
16.	26.10	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Прыжки, подскоки в ритме разной музыки

17.	31.10	Практическое занятие	2	Классический танец	Экзерсис на середине
18.	2.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Port de bras
19.	7.11	Практическое занятие	2	Современный танец	Изучение swing
20.	9.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Экзерсис на середине
21.	14.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
22.	16.11	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
23.	21.11	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Танцевальные переходы и рисунки
24.	23.11	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Прыжки, подскоки в ритме разной музыки
25.	28.11	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка ног шпагаты
26.	30.11	Практическое занятие	2	Классический танец	Port de bras
27.	5.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
28.	7.12	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
29.	12.12	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Прыжки, подскоки в ритме разной музыки
30.	14.12	Практическое занятие	2	Современный танец	Экзерсис на середине
31.	19.12	Практическое занятие	2	Классический танец	Экзерсис на середине
32.	21.12	Практическое занятие	2	Азбука танцевального движения	Танцевальные переходы и рисунки
33.	26.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
34.	28.12	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
35.	9.01	Практическое занятие	2	Классический танец	Port de bras
36.	11.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
37.	16.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
38.	18.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
39.	23.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
40.	25.01	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
41.	30.01	Практическое занятие	2	Классический танец	Экзерсис на середине

42.	1.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
43.	6.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
44.	8.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
45.	13.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
46.	15.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
47.	20.02	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
48.	22.02	Практическое занятие	2	Классический танец	Port de bras
49.	27.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие выворотности ног
50.	29.02	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка ног шпагаты
51.	5.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
52.	7.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
53.	12.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Пластика тела
54.	14.03	Практическое занятие	2	Эстрадный танец	Музыкально-ритмическая координация
55.	19.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Экзерсис на середине
56.	21.03	Практическое занятие	2	Классический танец	Port de bras
57.	26.03	Практическое занятие	2	Современный танец	Передвижение в пространстве
58.	28.03	Практическое занятие	2	Современный танец	Работа с полом
59.	2.04	Практическое занятие	2	Работа над репертуаром	Работа над репертуаром
60.	4.04	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентририя
61.	9.04	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
62.	11.04	Практическое занятие	2	Современный танец	Изучение swing
63.	16.04	Практическое занятие	2	Современный танец	Экзерсис на середине
64.	18.04	Практическое занятие	2	Современный танец	Передвижение в пространстве
65.	23.04	Практическое занятие	2	Современный танец	Работа с полом
66.	25.04	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентририя

67.	30.04	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
68.	2.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Изоляция, полицентрия
69.	7.05	Практическое занятие	2	Джаз-модерн танец	Координация
70.	14.05	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка ног шпагаты
71.	16.05	Практическое занятие	2	Работа над репертуаром	Работа над репертуаром
72.	21.05	Практическое занятие	2	Современный танец	Изучение swing
73.	23.05	Практическое занятие	2	Современный танец	Экзерсис на середине
74.	28.05	Практическое занятие	2	Работа над репертуаром	Отработка поставленных номеров
75.	30.05	Практическое занятие	2	Итоговое занятие	Итоговый мониторинг. Открытое занятие. Выступление
76.	4.06	Практическое занятие	2	Современный танец	Работа с полом
77.	6.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
78.	11.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
79.	13.06	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
80.	18.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
81.	20.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка ног шпагаты
82.	25.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Упражнения для эластичности мышц спины и укрепления позвоночника
83.	27.06	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Растяжка ног шпагаты
84.	13.08	Практическое занятие	2	Современный танец	Работа с полом
85.	15.08	Практическое занятие	2	Современный танец	Экзерсис на середине
86.	20.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
87.	22.08	Практическое занятие	2	ОФП	ОФП
88.	27.08	Практическое занятие	2	Современный танец	Работа с полом
89.	29.08	Практическое занятие	2	Современный танец	Экзерсис на середине



	<b>Всего</b>		<b>178 ч.</b>		
--	--------------	--	---------------	--	--

**Рабочая программа воспитания  
и календарный план воспитательной работы**

**Тема: «Движение вверх»**

Кирилюк Светлана Романовна,  
педагог дополнительного образования

Иваново, 2023

## 1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа воспитания написана на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;
6. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);

**Актуальность программы** состоит в необходимости формирования у ребенка правильного ценностно-смыслового отношения к социальному окружению. Он начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах семьи, группы. Формирование правильного ценностно-смыслового отношения ребенка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором обязательно должна быть личная социальная инициатива ребенка в детско-взрослых и детских общностях.

**Цель программы воспитания** — способствовать формированию у обучающихся правильного ценностно-смыслового отношения к социальному окружению (ровесникам, родителям, людям старшего поколения).

### **Задачи программы воспитания.**

- способствовать приобщению обучающихся к общечеловеческим нормам морали, традициям семьи и общества;
- способствовать развитию позитивного отношения обучающегося к себе и окружающим;
- способствовать активному включению в общение и взаимодействие со сверстниками и взрослыми на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- способствовать формированию навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.

### **Ожидаемые результаты**

- знает и использует в повседневной жизни нормы морали и нравственности;
- имеет уважительное отношение к традициям семьи и общества;
- имеет позитивное, уважительное и доброжелательное отношение к себе и окружающим;
- умеет и стремится оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

- обладает эмпатией, коммуникабельностью, чувством ответственности, навыками сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.

### Календарный план воспитательной работы

<b>№</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Месяц проведения</b>
.	«Разговоры о важном»	ЦОТ «Омега» 2-я дачная д.20	Сентябрь
	Поздравление учителей	ЦОТ «Омега» 2-я дачная д.20	октябрь
	«День матери»	ЦОТ «Омега» 2-я дачная д.20	ноябрь
	Новогодние Ёлки	ЦОТ «Омега» 2-я дачная д.20	декабрь
	Международный проект «Таланты России»	Ивановский колледж культуры	декабрь
	Мероприятие к 8 марта	ЦОТ «Омега» 2-я дачная д.20	Март
	Соловушкино раздолье	Ивановская государственная филармония	апрель
	Участие в патриотических концертах	Площадки города	май

**Психологический мониторинг развития детей в системе дополнительного образования.**

Параметры	Личностная сфера			Регулятивная сфера		Коммуникативная сфера	
	мотивация	самооценка деятельности	Нравственно этические установки	произвольная деятельность	уровень контроля	сотрудничество	коммуникация
ФИ обучающегося							

Критерии оценки.

Оценка происходит во время наблюдения за деятельностью детей педагогом на занятии для отслеживания динамики личностного и коллективного роста детей.

Оцениваемые параметры	критерий / уровень	Степень выраженности (оценивается в процессе наблюдения за учеником в системе обучения)	баллы
мотивация	Отсутствие интереса	Интерес практически не обнаруживается. Исключение составляет яркий, смешной, забавный материал. Безразличное или негативное отношение к решению любых учебных задач. Более охотно выполняет привычные действия, чем осваивает новые	0
	Реакция на новизну	Интерес возникает лишь к новому материалу, касающемуся конкретных фактов, но не теории. Оживляется, задает вопросы о новом фактическом материале, включается в выполнение задания, связанного с ним, но длительной устойчивой активности не проявляет.	1
	Любопытство	Интерес возникает к новому материалу, но не к способам решения. Проявляет интерес и задает вопросы достаточно часто, включается в выполнение заданий, но интерес быстро иссякает.	2
	Ситуативный учебный	Интерес возникает к способам решения новой частной единичной задачи (но не к системам задач). Включается в процессе решения задачи, пытается самостоятельно найти	3

	интерес	способ решения и довести задание до конца, после решения задачи интерес исчерпывается.	
	Устойчивый учебно-познавательный интерес	Интерес возникает к общему способу решения задач, но не выходит за пределы изучаемого материала. Охотно включается в процесс выполнения заданий, работает длительно и устойчиво, принимает предложения найти новые применения найденному способу.	4
	Обобщенный учебно-познавательный интерес	Интерес возникает независимо от внешних требований и выходит за рамки изучаемого материала. Ученик ориентирован на общие способы решения системы задач. Интерес – постоянная характеристика ученика, проявляет выраженное творческое отношение к общему способу решения задач, стремится получить дополнительную информацию. Имеется мотивированная избирательность интересов	5
Самооценка		Ученик не умеет, не пытается и не испытывает потребности в оценке своих действий – ни самостоятельной, ни по просьбе учителя.	1
		Приступая к решению новой задачи, пытается оценить свои возможности относительно ее решения, однако при этом учитывает лишь то, знает он ее или нет, а не возможность изменения известных ему способов действия.	2
		Может с помощью учителя оценить свои возможности в решении задачи, учитывая изменения известных ему способов действий.	3
		Может самостоятельно оценить свои возможности в решении задачи, учитывая изменения известных способов действия.	4
Нравственно-этические установки	Ориентация на общепринятые моральные нормы и их выполнение в поведении	Часто нарушает общепринятые нормы и правила поведения	1
		Допускает нарушения общепринятых норм и правил поведения	2
		Недостаточно осознает правила и нормы поведения, но в основном их выполняет	3
		Осознает моральные нормы и правила поведения в социуме, но иногда частично нарушает	4
		Всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения, осознанно их принимает	5
Регулятивная сфера	Произвольность деятельности	Деятельность хаотична, непродуманна; прерывает деятельность из-за возникающих трудностей; стимулирующая и организующая помощь малоэффективна	1
		Удерживает цель деятельности, намечает план, выбирает адекватные средства, проверяет результат, однако в процессе деятельности часто отвлекается, трудности преодолевает только	2

		при психологической поддержке.	
		Ребенок удерживает цель деятельности, намечает ее план, выбирает адекватные средства, проверяет результат, сам преодолевает трудности в работе, доводит дело до конца.	3
Уровень развития контроля		Ученик не контролирует учебные действия, не замечает допущенных ошибок.	1
		Контроль носит случайный произвольный характер; заметив ошибку, ученик не может обосновать своих действий.	2
		Ученик осознает правило контроля, но затрудняется одновременно выполнять учебные действия и контролировать их.	3
		При выполнении действия ученик ориентируется на правило контроля и успешно использует его в процессе решения задач, почти не допуская ошибок.	4
		Самостоятельно обнаруживает ошибки, вызванные несоответствием усвоенного способа действия и условий задачи, и вносит коррективы.	5
Коммуникативная сфера	сотрудничество	низкий уровень – задание в группе вообще не выполняются, или выполняются произвольно, с нарушением заданных правил; дети не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, настаивают на своем, конфликтуют или игнорируют друг друга.	1
		средний уровень – задание в группе выполняются частично: правила соблюдаются по отдельности, но договориться относительно общих командных правил детям не удается; в ходе выполнения задания трудности детей связаны с неумением аргументировать свою позицию и слушать партнера.	2
		высокий уровень – задание в группе выполняется полностью с соблюдением всех правил. Решение достигается путем активного обсуждения и сравнения различных возможных вариантов распределения обязанностей; согласия относительно равных «прав»; дети контролируют действия друг друга в ходе выполнения задания.	3
	коммуникация	Низкий уровень. Определяется негативным отношением к общению, замкнутостью, повышенной обидчивостью, раздражительностью, значительными трудностями вхождения в новый коллектив.	1
		Ниже среднего. Дети, имеющие этот уровень развития коммуникативных склонностей, не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новом коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой. Они ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с	2

		людьми и в выступлениях перед классом, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды, редко проявляют инициативу в общении.	
		Средний уровень. На этом уровне у учеников отмечается стремление к контактам с разными людьми, отстаивание своего мнения, однако потенциал их склонностей, инициативность недостаточно устойчивы.	3
		Высокий уровень. На этом уровне дети проявляют инициативу в общении, не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся к расширению круга знакомств.	4
		Очень высокий. Дети, имеющие этот уровень развития коммуникативных склонностей, испытывают потребность в общении, быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, принимают самостоятельные решения в трудных коммуникативных ситуациях, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами.	5



## Педагогический мониторинг

## Входной контроль

№	ФИО обучающегося	Задания(выполнено/ Не выполнено)			Уверенность Выполнения (5б.)	Необходимые знания по данной области(5б.)	Скорость выполнения (5б.)	Качество выполнения (5б.)
		1.	2.	3.				
1.								
2.								

## Текущий контроль

№	ФИО обучающегося	Задания(выполнено/ Не выполнено)			Уверенность Выполнения (5б.)	Необходимые знания по данной области(5б.)	Скорость выполнения (5б.)	Качество выполнения (5б.)
		1.	2.	3.				
1.								
2.								

## Промежуточный контроль

№	ФИО обучающегося	Задания(выполнено/ Не выполнено)				Уверенность Выполнения (5б.)	Необходимые знания по данной области(5б.)	Скорость выполнения (5б.)	Качество выполнения (5б.)
		1.	2.	3.	4.				
1.									
2.									

### Итоговый контроль

№	ФИО обучающегося	Задания(выполнено/ Не выполнено)				Уверенность Выполнения (5б.)	Необходимые знания по данной области(5б.)	Скорость выполнения (5б.)	Качество выполнения (5б.)
		1.	2.	3.	4.				
1.									
2.									

### Участие в мероприятиях

№	ФИО обучающегося	Мероприятие			Городское	Региональное	Федеральное	Международное
		1.	2.	3.				
1.								
2.								

### Участие в конкурсах

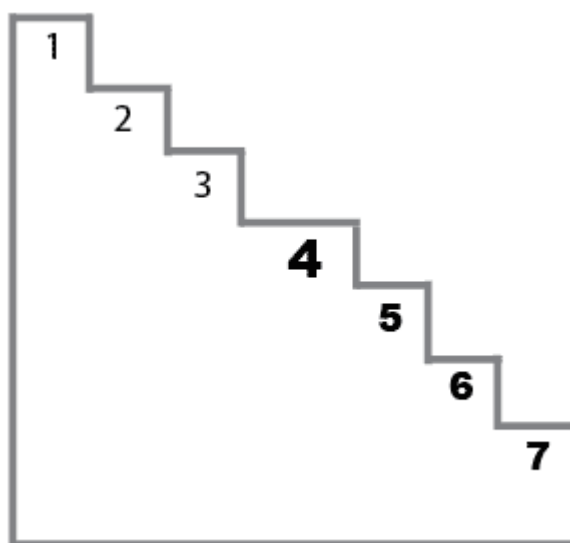
№	ФИО обучающегося	Конкурс			Муниципальный	Региональный	Всероссийский	Международный
		1.	2.	3.				
1.								
2.								

### Методика самооценки

Методика «Лесенка» предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

Методика «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

#### Рисунок «лесенки» для изучения самооценки



#### Инструкция (групповой вариант)

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

#### Инструкция (индивидуальный вариант)

При индивидуальной работе с ребенком очень важно создать атмосферу доверия, открытости, доброжелательности. У ребенка должен быть бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

#### Обработка результатов и интерпретация

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

- **Ступенька 1** – завышенная самооценка. Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих). Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»)); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка»).

- **Ступеньки 2, 3** – адекватная самооценка. У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

- **Ступенька 4** – заниженная самооценка. Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

- **Ступеньки 5, 6** – низкая самооценка. Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой). Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

- **Ступенька 7** – резко заниженная самооценка. Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов. Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

## Диагностика психоэмоционального здоровья ребенка (методика «Кактус»)

Тест «Кактус» проводится с детьми от 4-х лет.

Цель – выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

**Инструкция.** На листе бумаги (формат А4) ребенку необходимо нарисовать кактус таким, какой он его представляет.

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
5. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

### **Обработка результатов и интерпретация:**

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

- пространственное положение;
- размер рисунка;
- характеристики линий;
- сила нажима на карандаш.

**Агрессия** – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

**Импульсивность** – отрывистые линии, сильный нажим.

**Эгоцентризм, стремление к лидерству** – крупный рисунок, расположен в центре листа.

**Зависимость, неуверенность** – маленький рисунок, расположен внизу листа.

**Демонстративность, открытость** – наличие выступающих отростков, необычность форм.

**Скрытность, осторожность** – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

**Оптимизм** – использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов.

**Тревога** – использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии.

**Женственность** – наличие украшения, цветов, мягких линий, форм.

**Экстравертированность (общительность)** – наличие других кактусов, цветов.

**Интровертированность (замкнутость)** – изображен только один кактус.

**Стремление к домашней защите, чувство семейной общности** – наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

**Стремление к одиночеству** – изображен дикорастущий кактус, пустынный кактус.

### **Рекомендации к построению занятия**

1. Начинать занятие следует с 3-5 минутной разминки. Детям проигрывают незнакомую музыку, каждый ребенок движется так, как хочет. Перемены в движении наступают в связи со сменой нюансов, темпов, регистра.

2. Занятие, как правило, складывается из трех частей, каждая из которых должны быть незамкнута и интересна.

3. «Разминка» - это подготовка к началу занятия, ею начинается эмоциональное проникновение в образ, актуализируется внимание на общем освобождении двигательной активности.

4. Вторая часть занятия для младшей группы проходит в форме свободной игры, для средней группы – игры с самостоятельно придуманными сюжетами, для старшей группы – разучивание этюдов к танцам.

5. Третья часть занятия: младшая группа – ритмические задания, вначале без сопровождения, средняя – игровые этюды к танцам, старшая – разучивание частей танца.

6. По желанию педагога может быть и четвертая часть: младшая группа – прослушивание музыки для будущего игрового задания или ритмического упражнения, средняя – показ самостоятельно подготовленного задания, старшая – пока самостоятельно придумано этюда или маленького танца.

7. Каждая часть занятия должна включать повторение пройденного и объяснение нового материала с его обязательным закреплением (самостоятельное выполнение задания). Постоянным повторением незаметно накапливается материал, которым ребенок сможет пользоваться в самостоятельной деятельности.

8. Каждая часть занятия должна ставить конкретные задания, связанные между собой и направленные на выполнение программы в целом. Соответственно поставленным задачам, педагог выбирает методические приемы.

9. На каждом занятии педагог должен говорить детям, что они сегодня будут делать, чему должны научиться, обращать внимание на достижение цели.

10. Новый материал лучше подавать в небольшом объеме, с нарастанием степени сложности. Перед каждым повторением следует четко объяснить, с какой целью повторяется движение или этюд. При исполнении новых заданий и повторении старых у детей не должна пропадать творческая основа. Детям каждой возрастной группы необходимо разное время для усвоения материала и приобретения навыков. Но этот процесс обязательно должен быть осмысленным!

11. Подбирать движения к танцам, этюдам, играм следует не очень сложные, чередуя моменты оживленности и спокойствия.

12. После того, как дети освоят необходимое количество движений, педагог направляет их деятельность на самостоятельное использование этих движений для выполнения разнообразных по содержанию заданий.

13. Во время подачи нового материала педагог внимательно следит за эстетическими переживаниями детей, фиксирует их, так как в дальнейшем в процессе разучивания этюдов, танцев при неоднократном повторении движений впечатления стираются, и движения могут быть не усвоены до свободного исполнения. В «рабочий» же период следует следить за эмоциональностью восприятия музыки, она не должна снижаться.

14. С первых дней обучения и до его завершения педагог проводит воспитание внимания у детей от неосознанного к осознанному. Методика состоит в том, чтобы научить детей самостоятельно ставить перед собой определенную цель и добиваться ее достижения. Цель всегда должна быть ясной. Желая достичь ее, ребенок сживается с образцами, они становятся ему понятными, близкими, и тогда постепенно исполнение становится свободным, осознанным.

15. Когда дети освоят определенное количество умений и навыков, можно давать им задания на дом. Это развивает творческий потенциал ребенка и не позволяет ему забывать материал, полученный во время урока.

Приложение № 7

### Игры, используемые на занятиях по Программе

**Игра «Запомни фотографию»** Дети распределяются на несколько групп по 4-5 человек. В каждой группе выбирается «фотограф». Он располагает свою группу в определенном порядке и «фотографирует», запоминая расположение группы. Затем он отворачивается, а дети меняют расположение и позы. «Фотограф» должен воспроизвести изначальный вариант. Игра усложняется, если предложить детям взять в руки какие-нибудь предметы или придумать, кто и где фотографируется.

**Игра «Живой телефон»** Между детьми распределяются цифры от 0 до 9. Затем ведущий называет любой телефонный номер. Дети с соответствующими цифрами выходят вперед и строятся по порядку цифр в названном номере.

**Игра «Объясни»** Ведущий ученик должен жестами объяснить остальным учащимся придуманное им (животное, предмет, жизненную ситуацию). Остальные должны догадаться, что показывает ведущий.

**Игра «Покажи»** Дети делятся на две команды. Выбирается по одному представителю с каждой команды, которые уединившись, говорят задание друг другу (например, показать название или сюжет сказки). Получив задание, игрок отправляется к своей команде и показывает его. Не отгадавшая команда проигрывает.

**Игра «Фигура замри»** Под музыку дети танцуют кто как может. Как только музыка останавливается, нужно замереть в танцевальной фигуре выражая определенные эмоции черты характера по заданию: радостный, грустный, скромный. После каждого задания педагог проговаривает, кто справился с заданием и чья фигурка наиболее яркая и интересная. Эта игра способствует проявлению у ребенка фантазии, быстрой реакции, актерских навыков и импровизации. В игре выявляется характер ребенка, подвижность и его психофизические качества.

Приложение № 8

### **Техника выполнения воздушных туров**

#### **Тур в воздухе на 180°**

На первую восьмую *demiplié* в пятой позиции, руки слегка раскрываются в направлении второй позиции. На вторую восьмую высокий прыжок с поворотом в воздухе на 180° в правую сторону. Вместе с прыжком руки активно через повышенное подготовительное положение поднимаются в первую позицию, натянутые ноги, сохраняя выворотность, меняются. На *раз* и поворот на 180° заканчивается в точке 5 плана класса в *demiplié*, левая нога впереди, руки слегка раскрываются в направлении второй позиции, голова поворачивается налево. На *два* и ноги вытягиваются, руки закрываются в подготовительное положение. На *три* и положение сохраняется. На *четыре* *demiplié* в пятой позиции, руки слегка раскрываются в направлении второй позиции. На *и* следует высокий прыжок с поворотом на 180° в ту же сторону. Прыжок заканчивается *en face* в точке 1 плана класса, правая нога впереди. По усвоению поворота на 180° с правой и с левой ноги переходят к изучению поворота на 360°.

#### **Тур в воздухе на 360°**

Исходное положение - *en face*, пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. На первую восьмую руки слегка приоткрываются. На вторую восьмую руки поднимаются в первую позицию. На *раз* *demiplié* в пятой позиции, левая рука открывается на вторую позицию, правая - сохраняет первую позицию, взгляд направлен вперед. На *и* высокий прыжок с поворотом направо на 360°. Вместе с прыжком руки активно соединяются в первой позиции, голова слегка поворачивается налево, взгляд фиксирует точку 1 плана класса и, не задерживаясь, как бы обгоняя поворот, голова возвращается в положение *en face*. Натянутые ноги, слегка раскрываясь, во время поворота меняются, активно закрываясь в пятую позицию, подчеркивая выворотность пяток, что помогает повороту. На *два* и поворот заканчивается в *demiplié*, в пятую позицию, руки слегка

раскрываются, голова поворачивается налево. На *три и* ноги вытягиваются, руки опускаются в подготовительное положение. *Четыре и* - затакт к исполнению тура с левой ноги.

Приложение № 9

### Техника выполнения прыжка

Техника прыжков имеет особые исполнительские приемы:

Исполнительские приемы:

- элевация, которая позволяет танцовщику прыгать эластично, мягко, высоко, легко и точно; прогнозировать должную степень высоты полета и продвижения своего тела в соответствующем направлении, темпе, ритме.

- баллон - кульминация прыжка: танцовщику следует делать толчок и посыл ногами сильнее, чтобы получился эффект парения в воздухе, иначе прыжок лишится своей виртуозности

Хорошая элевация и баллон зависят от выносливости танцовщика, поэтому, отрабатывая все качества прыжка, необходимо тщательно готовить мышцы ног и дыхание исполнителя.

Приложение № 9

Диагностическая карта (1 год обучения)  
ФИО педагога Кирилюк Светлана Романовна

Критерии Показатели (оцениваемые параметры)
--



№	Фамилия, имя, отчество обучающегося творческого объединения	Теоретические знания обучающегося по основным разделам УТП программы	Практические умения и навыки, предусмотренной программы			Творческие навыки обучающегося (уровень креативности)			Учебно-коммуникативные и организационные умения и навыки			ИТОГО:				
			Н	П	И	Н	П	И	Н	П	И	Н	П	И		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																

Н - начальная диагностика; П – промежуточная аттестация; И – итоговая аттестация  
По 10 бальной шкале

