

**Управление образования администрации Красногвардейского района**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» Красногвардейского района Белгородской  
области**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 28 августа 2023 г.  
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО «Дом детского  
творчества» Красногвардейского  
района  П. Н. Ефимова  
Приказ от 21 августа 2023 г.  
№ 138/ОД

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
«В вихре танца»**

Уровень сложности программы – базовый

Срок реализации – 1 год

Объем программы – 144 часов

Возраст обучающихся – 14-17 лет

Авторы:  
Брукхаус Светлана Александровна,  
Скорлупина Любовь Васильевна,  
педагоги дополнительного образования

Бирюч 2023 г.


Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «В вихре танца» художественной направленности по хореографическому виду деятельности.

Авторы программы: Брукхаус Светлана Александровна, Скорлупина Любовь Васильевна, педагоги дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» Красногвардейского района.

Год разработки дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы – 2023 год

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «В вихре танца» рассмотрена на заседании методического совета от 22 августа 2023 г., протокол №3

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «В вихре танца» принята на заседании педагогического совета от 28 августа 2023 г., протокол №3

Председатель педагогического совета  А.В. Королева

## Содержание

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»	
1.1. Пояснительная записка программы.....	4
1.2. Цели и задачи программы.....	10
1.3. Содержание программы.....	12
1.4. Планируемые результаты.....	18
Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	
2.1. Календарный учебный график на 2023-2024.....	21
2.2. Условия реализации программы.....	24
2.3. Формы аттестации.....	24
2.4. Система оценки образовательных результатов.....	26
2.5. Методические обеспечение.....	26
3. Список литературы.....	30
4. Приложения.....	32

# **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ «В ВИХРЕ ТАНЦА»**

## **1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «В вихре танца» имеет художественную направленность. Она имеет ознакомительный уровень и предполагает современные технологии и методы обучения детей старшего школьного возраста.

Программа разработана на основании нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";

- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р "Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года";

- Распоряжение Правительства Белгородской области от 29.10.2018 № 549-рп «О внедрении целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Одним из наиболее многообразных и эмоциональных видов искусства является танец. Мир танца не стоит на месте, а находится в постоянном развитии. В современной хореографии появляется множество направлений и стилей танцев. Современный танец - один из наиболее популярных увлечений среди молодежи. Для него характерно стремление к внешней эффектности, виртуозности, лаконизму и остроте исполнения.

Часто увлечение танцами является способом самовыражения личности подростка. При этом любая хореография связана с определенной тренировкой тела, развитием выносливости, гибкости и пластичности. Поэтому обучение по данной программе предполагает специальные тренировочные упражнения, которые дают значительную спортивно-физическую нагрузку. Особенностью танцевального искусств является

гармоническое развитие всего организма. Вырабатываются навыки в сознательном управлении мышцами тела, устраняются зажимы, развивается музыкальный слух, что дает возможность подчинять свое тело определенному музыкальному ритму. Также систематические занятия развивают пластику тела, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность, что является важным для юношей и девушек. Хореография учит логическому, целесообразно организованному и грациозному движению, умению выражать чувства и эмоции с помощью тела.

**Педагогическая целесообразность** данного курса для старших школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства и основы двигательных навыков.

**Направленность программы** «В вихре танца» определена как художественная и направлена на удовлетворение творческих и образовательных потребностей для духовного, интеллектуального и физического развития старшеклассников, а также на развитие таких физических данных, как правильная красивая осанка, подвижность, чувство ритма, гибкость, пластичность, выносливость, сила, ловкость.

**Уровень программы** – ознакомительный.

Данная общеобразовательная программа - модифицированная и была создана на основе примерных общеразвивающих программ института развития образования в сфере культуры и искусства (ИРОСКИ) по предметам: танец, классический танец, балльный танец, современный танец, подготовка концертных номеров.

**Актуальность.** Данная программа способствует решению многих проблем, с которыми сталкиваются современные школьники. В первую очередь в процессе занятий у обучающихся пробуждается интерес к новой деятельности. Немаловажным моментом является их занятость во внеурочное время, что оберегает их от вовлечения в негативную подростковую среду. И как результат деятельности – самовыражение подростка посредством танцевального искусства и его самоопределение.

На занятиях обучающиеся имеют возможность ознакомиться с различными стилями и течениями современной хореографии, научиться самим создавать композиции тематических танцевальных флешмонов, что само по себе востребовано молодежью в современном мире. Также обучающиеся смогут овладеть основами фигурного вальса, что позволит старшеклассникам выступать на различных мероприятиях, в том числе на своем выпускном мероприятии.

**Отличительная особенность** программы состоит в том, что она разработана для обучающихся, имеющих разный уровень исполнительских

возможностей и большое желание научиться танцевать красиво, и, в отличие от типовых программ, она включает в себя актуальную среди современной молодежи тему по изучению танцевального флешмоба.

Флешмоб – первое массовое увлечение нового столетия. Главная цель флешмобных проектов – коммуникация людей или, другими словами, социокommunikация. Это один из видов музыкально-ритмической деятельности, под влиянием которой развиваются положительные качества личности старшеклассника: обучающиеся ставятся в такие условия, когда они должны проявить активность, инициативу, находчивость, решительность. Совершенствуются их музыкально-эстетические чувства. Подросток встречается с богатым разнообразием музыки, радуется тому, что может движением передать свое отношение к музыкальному образу, т.е. можно говорить о становлении творческого воображения.

#### ***Адресат программы.***

Настоящая общеобразовательная (общеразвивающая) программа адресована и ориентирована на школьников старшего подросткового и раннего юношеского возраста от 14 до 16 лет. Граница между подростковым и юношеским возрастом достаточно условна, и в одних схемах периодизации этот возраст рассматривают как завершение подростничества, а в других — относят к юности.

Старший школьный возраст — это возраст формирования собственных взглядов и отношений, поисков самоопределения. Именно в этом выражается теперь самостоятельность юношей. Если подростки видят проявление своей самостоятельности в делах и поступках, то старшие школьники наиболее важной сферой проявления самостоятельности считают собственные взгляды, оценки, мнения.

Одним из пиков развития у человека потребности в общении является ранняя юность. Можно назвать несколько причин, объясняющих возрастающую заинтересованность в расширении сферы контактов. Наиболее явная из них — постоянное физическое и умственное развитие школьника и, связанное с этим, углубление его интересов. Важным обстоятельством является и потребность в деятельности. Она во многом находит свое выражение в общении. В юности особенно возрастает необходимость, с одной стороны, в новом опыте, а с другой — в признании, защищенности и сопереживании. Это определяет рост потребности в общении и способствует решению проблем самосознания, самоопределения, самоутверждения. С возрастом (от 14 до 16 лет) потребность в понимании заметно усиливается, причем у девушек она сильнее, чем у юношей.

В этом возрасте особенности общения старшеклассников, заключаются в разнообразии его функций. Во-первых, общение старшеклассника является очень важным «каналом информации». Во-вторых, — это вид деятельности, которая оказывает значительное влияние на развитие личности. И, в-третьих, это вид эмоционального контакта, который способствует развитию эмоциональной сферы и формированию

самоуважения, которое так важно в этом возрасте. В связи с этим потребность в понимании не предполагает особой рациональности: понимание должно носить характер эмоционального сочувствия, сопереживания. Естественно, что таким человеком в первую очередь мыслится сверстник, которого мучают те же проблемы и те же переживания.

Юноши и девушки находятся в постоянном ожидании общения — для них важен каждый новый человек. Общение в юности отличается особой доверительностью, исповедальностью, что накладывает отпечаток интимности, страстности на отношения, связывающие старшеклассников с близкими людьми. В силу этого в ранней юности так быстро переживаются неудачи в общении. В этом возрасте, по сравнению с ранним подростковым, возникает и потребность в общении со взрослыми, особенно в ситуации неопределенности, затруднительности самостоятельного решения, то есть в какой-то проблемной ситуации. И доверие в большей степени связано не с интимностью или секретностью передаваемой информации, а со значительностью самой проблемы, с которой старшеклассник обращается к взрослому. Очень важно при этом, как юноша оценивает взрослого.

Показательным примером служат взаимоотношения с учителями. Особенности этих взаимоотношений определяются в первую очередь индивидуальными качествами педагогов. Наиболее строгой оценке со стороны старшеклассников подвергаются такие качества, как справедливость, способность к пониманию, эмоциональному отклику, а также уровень знаний учителя и качество преподавания.

Юношеский возраст - один из самых сложных и наиболее важных, и ответственных в плане формирования личностных периодов. Этот возрастной этап считают третьим миром, существующим между детством и взрослостью.

Самое характерное для старшеклассников - это неоднородность их социального положения. С одной стороны, продолжают волновать проблемы, унаследованные от подросткового этапа, - собственно возрастная специфика, право на автономию от старших, эмансипация, актуализация чувства взрослости, личностная нестабильность и т.п. С другой стороны, перед ними стоят задачи жизненного самоопределения. Такое сочетание внешних и внутренних факторов или социальная ситуация развития определяют особенности развития личности в старшем школьном возрасте. Именно в этом возрасте занятия танцевальным искусством приобретают особую значимость для старшего школьника, потому что танец дает возможность подчеркнуть свою индивидуальность (возможность самовыражения личности) и одновременно принадлежать группе, где есть одинаковый интерес, увлечение, а значит реализация коммуникативной потребности в той сфере, где можно почерпнуть желаемый опыт.

***Срок освоения программы.***

Программа рассчитана на 1 год.

**Объём программы.**

I год обучения – 144 часа в год

**Режим занятий.**

2 академических часа, 2 раза в неделю (144 часа)

Продолжительность занятий 45 минут, перерыв составляет 10 минут.

**Количество обучающихся** в объединении – 15 человек.

**Формы организации образовательного процесса.**

Для реализации общеобразовательной (общеразвивающей) программы «В вихре танца» используется основная форма организации занятий – *групповая*, со всей группой одновременно.

Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия. Форма организации учебного процесса обусловлена возрастными особенностями обучающихся.

**Формы занятий:**

- ✓ традиционное занятие;
- ✓ комбинированное занятие;
- ✓ практическое занятие (тренаж, репетиция);
- ✓ открытый урок.

Формы проведения занятий варьируются, в рамках одного занятия сочетаются разные **виды деятельности:**

- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ упражнения на силу ног;
- ✓ упражнения на пластичность рук;
- ✓ упражнения на гибкость тела;
- ✓ упражнения на эластичность мышц и подвижность суставов;
- ✓ релаксационные упражнения.

**Формы организации деятельности воспитанников на занятии:**

- ✓ фронтальная;
- ✓ в парах;
- ✓ групповая;
- ✓ индивидуально-групповая;

Для выполнения поставленных учебно-воспитательных задач программой предусмотрены следующие общие **виды занятий:**

*Обучающее занятие.* Основная задача - освоение отдельных элементов и соединений. Одновременно с этим решаются задачи физического развития, воспитания музыкальности, выразительности. Характерными особенностями его является использование раздельного метода проведения упражнений с многократным повторением их и расчленением соединений на отдельные компоненты, выполнение ряда подготовительных упражнений, подводящих к



"генеральному" движению. В многолетней подготовке данный вид занятия находит наибольшее применение на этапах начальной, специальной и углубленно-специальной подготовки при освоении новых композиций.

*Тренировочное занятие.* Главная задача - подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня хореографического мастерства. Подбор и дозировка упражнений направлены на решение задач специально-двигательной подготовки, совершенствования выразительности, музыкальности, пластики движений.

По сравнению с обучающим занятием, тренировочное занятие является более узконаправленным.

*Разминочное (репетиционное) занятие.* В период непосредственной постановки концертных номеров или подготовки к конкурсу рекомендуется выполнять стабильный комплекс упражнений, цель которого - разогрев мышц и связок, и снятие излишней психологической напряженности (возбуждения или, наоборот, заторможенности). Этому способствуют привычные, индивидуально подобранные упражнения, которые по мере усвоения, танцоры выполняют самостоятельно (индивидуальная разминка).

*Контрольное занятие.* Задача - подведение итогов освоения очередного раздела хореографической подготовки.

Основные виды занятий тесно связаны друг с другом, дополняя друг друга, и проводятся с учётом темы и возраста детей.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель** данной программы – способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

### **Задачи.**

#### **Обучающие (учебно-музыкальные) задачи:**

- ✓ сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- ✓ дать обучающимся первоначальную хореографическую подготовку, выявив их склонности и способности;
- ✓ ознакомление с основами музыкальной грамоты;
- ✓ научить взаимосвязи музыки и движения, дать основы музыкальной грамоты;
- ✓ учить обучающихся мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении;
- ✓ опираться в процессе проведения занятий на основные принципы педагогики;
- ✓ познакомить обучающихся с различными течениями современного танца;
- ✓ дать представление о флешмобе, его роли в общественной жизни людей и принципах его создания;
- ✓ научить танцевать фигурный вальс;

- ✓ привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие);
- ✓ закреплять полученные навыки в концертной деятельности;
- ✓ формирование культуры общения в танце с партнерами, педагогом и зрителями;
- ✓ познакомить с историей возникновения вальса и развития современной хореографии;
- ✓ знакомство со специфической танцевальной терминологией;
- ✓ воспитание навыков творческой дисциплины;

***Развивающие задачи:***

- ✓ развивать музыкальный слух, чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- ✓ формирование танцевальных знаний, умений и навыков;
- ✓ развитие музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- ✓ развивать координацию движений, ориентировку в пространстве;
- ✓ развивать двигательную память, внимание, воображение, чувство пространства;
- ✓ развивать умение передавать посредством танца определенное эмоциональное состояние;
- ✓ пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- ✓ развитие физические данные обучающегося;
- ✓ развивать творческое воображение, эмоциональное артистичное исполнение, умение владеть собой в процессе выступления на сцене;

***Воспитательные задачи:***

- ✓ воспитывать художественный вкус, интерес к современному танцевальному искусству;
- ✓ повышать общую культуру поведения;
- ✓ воспитывать у детей морально-волевые и эстетические качества, на основе духовно-нравственных ценностей;
- ✓ сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- ✓ приобщение обучающихся к хореографическому искусству, путем ознакомления с историей возникновения и развития танца;
- ✓ воспитание потребности в систематических занятиях; формирование устойчивого интереса к танцу;
- ✓ формирование у обучающихся таких ценных качеств как, адаптивность, инициативность, креативность, общительность, трудолюбие, честность, чувство собственного достоинства, ответственность в поступках, скромность, самокритичность, коллективизм;
- ✓ принимать участие в концертной жизни школы, дома культуры, села.

**Оздоровительные:**

- ✓ укреплять здоровье детей за счет повышения их двигательной, гигиенической культуры;
- ✓ укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата;
- ✓ коррекция опорно-двигательного аппарата школьника;
- ✓ охранять и укреплять здоровье обучающихся;
- ✓ содействовать правильному физическому развитию организма: выработке правильной и красивой осанки, укреплению всех групп мышц.

**1.3. Содержание программы.****Учебный план**

№	Разделы	Количество часов	Формы контроля
1	<b>Введение</b>	2	Начальная диагностика ЗУН обучающихся. Собеседование и тестирование
2	<b>Введение в основы хореографии</b>	28	Практическое задание
3	<b>Современный танец</b>	32	Педагогическое наблюдение
4	<b>Стилизованный танец</b>	20	Педагогическое наблюдение
5	<b>Танцевальный флешмоб как самовыражение</b>	26	Творческое задание
6	<b>Фигурный вальс</b>	34	Педагогическое наблюдение
7	<b>Подведение итогов</b>	2	Творческий отчет
<b>Итого</b>		<b>144</b>	

**Содержание учебно-тематического плана.**

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Введение.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1.1.	Техника безопасности. Знакомство с содержанием программы. Стартовая аттестация	2	1	1	Начальная диагностика ЗУН обучающихся, тестирование
<b>2.</b>	<b>Введение в основы</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	

	<b>хореографии</b>				
2.1.	Постановка корпуса	6	2	4	Наблюдение
2.2.	Музыка и движение	10	4	6	Наблюдение, тестирование
2.3.	Базовые движения в танце	12	2	10	Практическое задание
<b>3.</b>	<b>Современный танец</b>	<b>32</b>	<b>6</b>	<b>26</b>	
3.1.	Отличительные особенности современного танца от базового классического	4	2	2	Опрос
3.2.	Многообразие танцевальных течений современного времени	6	2	4	Тестирование
3.3.	Танцевальная техника в стиле хип-хоп	10	2	8	Практическое задание
3.4.	Постановка танца в стиле хип-хоп	12	-	12	Просмотр
<b>4.</b>	<b>Стилизованный танец</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	
4.1.	Основные движения народного танца, используемые в стилизации	8	2	6	Педагогическое наблюдение
4.2.	Постановка русского стилизованного танца	12	-	12	Просмотр
<b>5.</b>	<b>Танцевальный флешмоб как самовыражение</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	
5.1.	Понятие о флешмобе	4	2	2	Опрос
5.2.	Подготовка тематических флешмобов	22	-	22	Творческое задание
<b>6.</b>	<b>Фигурный вальс</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	
6.1.	Постановка корпуса и основные движения и фигуры вальса	12	2	10	Педагогическое наблюдение
6.2.	Поддержки в современных формах вальсового танца	6	2	4	Педагогическое наблюдение
6.3.	Подготовка выпускного вальса	16	-	16	Просмотр
<b>7.</b>	<b>Подведение итогов</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
7.1.	Итоговое занятие	2	1	1	Творческий отчет (концерт)
	<b>Всего часов:</b>	<b>144</b>	<b>24</b>	<b>120</b>	

## Содержание

### *Вводное занятие – 2 ч.*

#### **1.1. Знакомство с содержанием программы.**

**Теория.** Входящая диагностика. Знакомство с основными правилами поведения в танцевальном классе.

**Практика.** Знакомство с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Правила передвижения и поведения в хореографическом зале на занятиях и в перерыве между ними.

### **2. Введение в основы хореографии – 28 ч.**

#### **2.1. Постановка корпуса**

**Теория.** Основные понятия анатомии человека, используемые для объяснения техники выполнения различных движений. Позиции рук и ног Осанка. Апломб. Точки зала. Теория техники исполнения простейших движений у хореографического станка, на середине зала.

**Практика.** Проучивание позиций ног и рук. Выполнение простейших движений классического танца у станка. Выполнение тренировочных упражнений у станка и на середине зала.

#### **2.1. Музыка и движение**

**Теория.** Темп музыки. Музыкальный размер. Связь музыки и движения.

**Практика.** Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Определение темпа, музыкального размера мелодии. Прохлопывание музыкального ритма в чередовании с шагами. Создание образа на прослушиваемую музыку. Определение начала и окончания музыкальной фразы.

#### **2.2. Базовые движения в танце**

**Теория.** Теоретическое объяснение техники исполнения разучиваемых танцевальных движений с применением основных правил постановки корпуса (позиций рук, ног).

**Практика.** «Поклон – приветствие»

- виды шагов (шаг на носочках, танцевальный шаг (шаг с носка), переменный шаг, бытовой шаг и др.)
- прыжки, подскоки, элементы акробатики, построение в колонны, линии, диагонали;
- хлопки в различных ритмических рисунках,
- виды бега (галоп, на полупальцах, и др.)
- полуприседание с поворотами вправо и влево – «пружинка»;
- работа с танцевальными элементами;

### **3. Современный танец – 32 ч.**

#### **3.1. Постановка корпуса**

**Теория.** Принципиальные отличия в постановке корпуса в современном

танце от классического.

#### **Практика.**

- работа с руками, положения рук;
- тренировочный комплекс для развития подъема стопы;

### **3.2. Многообразие танцевальных течений современного времени**

**Теория.** Краткая история развития современной хореографии. Танец джаз-модерн. Истоки появления различных направлений в современной хореографии: уличные танцы, брейк-данс, крамп, тектоник, шафл, трайбл, хип-хоп и другие.

**Практика.** Показ видео документальных и отрывков художественных фильмов, наглядно демонстрирующих танцевальные стили современной хореографии. Обсуждение и изучение понравившихся танцевальных элементов. Проведение занятия-семинара с подготовленными докладами о современных танцевальных течениях.

### **3.3. Танцевальная техника в стиле хип-хоп**

**Теория.** Историческая справка о возникновении танцевального направления. Хип-хоп - это объединенное название многих танцевальных стилей или направлений. В широком понимании - это то, что танцуют под музыку хип-хоп. Характерная черта хип-хоп культуры – это эксперименты в области хореографии и импровизация. Кул Херк придумал словечко "b-boys" Кул Херк перебрался в Бронкс с Ямайки - и принес с собой традицию кингстонских уличных танцев, на которых DJ крутит пластинки с рэгги-минусовкой, а поэты вживую начитывают речитатив. Но главное было не

в музыке, а в уличности, Кул Херк открыл в нью-йоркских гетто - эру дешевых подпольных вечеринок. Собственно, там и родилась как таковая клубная культура.

**Практика.** Изучение основных движений hip-hop (хип-хоп). Упражнения выполняются с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения.

- понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.
- упражнения стэтч-характера;
- приставной шаг (steptouch);
- «виноградная лоза» (grapevine);
- V-шаг(V-step).
- открытый шаг» (openstep);
- jumpingjacr – прыжок ноги врозь – ноги вместе;
- kneelup, kneelift - колено вверх-вниз;
- kick –махи ногами, броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.
- lang – выпад;
- crossstep - скрестный шаг;
- вращение как способ передвижения в пространстве;
- комбинации прыжков, исполняемых по диагонали;
- движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах);

- соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах;

- переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.

- прыжки с раскрытием ног и поворотами в воздухе.

### **3.4. Разучивание танца в стиле хип-хоп**

**Практика.** Подбор музыкального материала. Подбор движений и составление комбинаций. Разучивание движений. Выбор композиции и рисунка для танца. Отработка техники, синхронности и музыкальности движений. Вынос танца на сценическое пространство.

## **4. Стилизованный танец**

### **4.1. Основные движения народного танца, используемые в стилизации**

**Теория.** Понятие о стилизации танца. Различие между народным стилизованным, народным и народно-сценическим танцами. Теория техники выполнения народных движений и стилизация этих движений.

**Практика.** Раскрывание и закрывание рук, переводы рук в различные положения. Поклоны. Притопы. Простой русский шаг. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. «Переменный шаг». «Припадание». «Гармошка». «Ёлочка». Перескоки с ноги на ногу на всю стопу. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. «Веревочка» простая. «Ковырялочка». «Ключ» простой.

### **4.2. Постановка русского стилизованного танца**

**Практика.** Разучивание элементов и движений танца. Создание комбинаций движений на музыкальные фрагменты. Подбор сюжета, композиции и рисунка танца. Отработка техники, синхронности и музыкальности движений. Вынос композиции на сценическое пространство.

## **5. Танцевальный флешмоб как самовыражение**

### **5.1. Понятие о флешмобе**

**Теория.** Что такое флешмоб? История и особенности его направления. Правила и принципы построения и создания флешмоба.

**Практика.** Разучивание простых, но эффектных движений, доступных для неподготовленных участников. Перестроения и фигуры, которые могут использоваться в композиции флешмоба. Эффекты, улучшающие визуальное восприятие композиции.

### **5.2. Постановка тематических флешобов**

**Практика.** Постановка цели подготавливаемого флешмоба и определение его точки образования. Подбор соответствующего музыкального материала, подбор лексического материала и составление флешмобной композиции и рисунка. Отработка движений. Создание видеозаписи для соцсети. Приглашение желающих принять участие, установление даты, времени с указанием места «вспышки».

## **6. Фигурный вальс**

### **6.1. Постановка корпуса и основные движения и фигуры вальса**

**Теория.** Знакомство с понятиями и терминологией бального танца, необходимых для проучивания программного материала. История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ .

Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

**Практика.** Основные движения для наработки техники исполнения вальса:

- позиция рук и ног;
- поклон и реверанс;
- линия танца;
- шаг вальса по линии танца;
- вальсовая дорожка (променад);
- маленький квадрат вальса с правой ноги;
- большой квадрат вальса с правой ноги;
- поворот партнерши под рукой;
- положения в паре;
- «лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее);
- разворот друг от друга с раскрытием;
- «окошко»;
- раскрытия;
- движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене;
- «променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шассе кавалеров);
- вращения в паре на носках вокруг своей оси;
- маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти;
- большой квадрат в паре, удерживая руки под локти;
- движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук;
- движения в паре вперед-назад с медленным поворотом;
- движение в паре с поворотом (венский вальс);
- «лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием;
- «окошко» и смена мест;
- раскрытия с поворотом партнерши под рукой;
- «променад» с вращением партнерши по правой оси;
- комбинации разученных движений.

### **6.2. Поддержки в современных формах вальсового танца**

**Теория.** Основные правила техники безопасности при выполнении поддержек в дуэтном танце. Теория техники простейших поддержек.

**Практика.** Выполнение простейших поддержек без высоких точек подъема:



- плечом к плечу;
- наклон к партнеру с упором на кисти;
- наклон к полу;
- вращение партнерши на руках (с упором за спиной партнерши, с опорой на бедро партнера и с захватом ноги, с захватом за талию и колено);
- сложная поддержка из двух пар с вращением;
- групповая поддержка в вращающемся круге.

### **6.3. Подготовка выпускного вальса**

**Практика.** Составление танцевальной композиции и рисунка с использованием изученных элементов фигурного вальса. Отработка музыкальности и синхронности движений в танце. Вынос композиции на сценическое пространство (сцена или школьный двор)

## **7. Подведение итогов**

### **7.1. Итоговое занятие**

**Теория.** Собеседование по итогам учебного года, тестирование.

**Практика.** Творческий отчет в форме сценического выступления.

### **1.4. Планируемые результаты.**

По итогам обучения по программе «В вихре танца»

*Обучающийся должен знать:*

- ✓ правила поведения на занятии;
- ✓ историческое развитие изученного танцевального направления или стиля;
- ✓ основы музыкальной грамоты;
- ✓ основные понятия, терминологию бального танца, позиции рук, ног структуру фигурного вальса;
- ✓ правила формирования красивой осанки в танце;
- ✓ технику правильного выполнения изученных танцевальных движений;
- ✓ принципы и теорию построения хореографической композиции.

*Обучающийся должен уметь:*

- ✓ реагировать на начало и конец музыки;
- ✓ двигаться в соответствии с контрастным характером музыки;
- ✓ ритмично ходить под музыку, сохраняя интервалы между участниками танца;
- ✓ двигаться в парном движении;
- ✓ реагировать сменой движений на изменение силы звучания музыки;
- ✓ кружиться вальсовым шагом по одному и парами;
- ✓ выполнять элементы фигурного вальса;
- ✓ использовать разученные танцевальные движения в свободных танцах.

*Обладать навыками:*

- ✓ выразительного движения;
- ✓ владение различными танцевальными движениями, упражнениями на

развитие физических данных;

- ✓ перестраивания из одной фигуры танца в другую;

- ✓ постановки

- ✓ самообслуживания в процессе подготовки к выходу на сцену.

В результате изучения программы «В ритме танца», должны быть достигнуты определенные результаты.

**Личностные результаты.** Личностные универсальные учебные действия у обучающегося будут сформированы:

- ✓ восприятие музыкального произведения, определение основного настроения и характера;

- ✓ положительное отношение к музыкальным занятиям, интерес к отдельным видам музыкально-практической деятельности;

- ✓ основы для развития чувства прекрасного через знакомство с доступными для детского восприятия музыкальными произведениями.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- ✓ понимания значения музыкального искусства в жизни человека;

- ✓ первоначальной ориентации на оценку результатов собственной музыкально-исполнительской деятельности;

- ✓ эстетических переживаний музыки, понимания роли музыки в собственной жизни.

Приобретение обучающимися социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

**Метапредметные результаты.**

*Регулятивные* универсальные учебные действия, при которых обучающийся научится:

- ✓ принимать учебную задачу;

- ✓ осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересных для него видах музыкальной деятельности;

- ✓ адекватно воспринимать предложения педагога;

- ✓ умение планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации

Обучающийся получит возможность научиться:

- ✓ принимать музыкально-исполнительскую задачу и инструкцию педагога;

- ✓ принимать позицию исполнителя музыкальных произведений.

*Познавательные* универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- ✓ находить в музыкальном тексте разные части;

✓ соотносить различные произведения по настроению, форме, по некоторым средствам музыкальной выразительности (темп, динамика).

*Коммуникативные универсальные учебные действия*

Обучающийся научится:

✓ воспринимать музыкальное произведение и мнение других о музыке;

✓ принимать участие в групповом исполнении танцевальных композиций, в коллективных постановках;

✓ понимать важность исполнения по группам;

✓ контролировать свои действия в коллективной работе.

Обучающийся *получит возможность научиться*:

✓ сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем.

### ***Предметные результаты.***

Усвоенные обучающимися при изучении учебного предмета знания, умения, навыки и специальные компетенции, опыт творческой деятельности, ценностные установки, специфичные для изучаемой области знаний.

Программа способствует формированию у обучающихся таких компетенций, как:

#### ***Учебно-познавательные компетенции:***

✓ ставить цель и организовывать её достижение, уметь пояснить свою цель;

✓ организовывать планирование, анализ, рефлекссию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности.

#### ***Информационные компетенции:***

✓ владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, Интернет.

#### ***Коммуникативные компетенции:***

✓ владеть способами взаимодействия с группой; выступать с устным сообщением, уметь задать вопрос, корректно вести учебный диалог;

✓ владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями искать и находить компромиссы.

#### ***Здоровьесберегающие компетенции:***

✓ умение составить здоровьесберегающий режим дня и контролировать его выполнения;

✓ поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;

✓ правилами, нормами предупреждения ТБ на занятиях, бытового, дорожно-транспортного травматизма, поведение на водоемах, лесах.

#### ***Общекультурные компетенции:***

✓ восприятие и осознание ценностей хореографического искусства.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

3. Дата начала занятий – 01.09.2023
4. Дата окончания занятий – 31.05.2024
5. Количество учебных недель – 36
6. Количество учебных дней – 72
7. Количество учебных часов – 144
8. Количество часов в неделю – 4
9. Режим занятий – 2 раза в неделю по 2 часа

№ п/п	Месяц	Неделя	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Раздел 1. Введение – 2 ч.</b>								
1	сентябрь	1	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное занятие	2	Знакомство с залом и содержанием программы. <b>Инструктаж по ТБ</b>	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Начальная диагностика ЗУН обучающихся, тестирование
<b>Раздел 2. Введение в основы хореографии – 28 ч.</b>								
2	сентябрь	2-3	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое, тренировка	6	<b>Стартовый контроль</b> Постановка корпуса.	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Наблюдение
3	сентябрь октябрь	3-5 1	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое, тренировка, импровизация	10	Музыка и движение	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Наблюдение, тестирование
4	октябрь	1-4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое, тренировка,	12	Базовые движения в танце	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Практическое задание
<b>Раздел 3. Современный танец – 32 ч.</b>								

5	октябрь ноябрь	4 1	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое	4	Отличительные особенности современного танца от базового классического	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Опрос
6	ноябрь	1-4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое	16	Многообразие танцевальных течений современного времени	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Тестирование
7	декабрь	1-3	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое, тренировка	10	Танцевальная техника в стиле хип-хоп. <b>Промежуточный контроль</b>	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Практическое задание
8	декабрь январь	4-5 2	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое, тренировка, импровизация	12	<b>Инструктаж по ТБ</b> Постановка танца в стиле хип-хоп	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Просмотр
<b>Раздел 4. Стилизованный танец – 20 ч.</b>								
9	январь	3-4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, занятие- тренировка	8	Основные движения народного танца, используемые в стилизации	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Педагогическое наблюдение
10	февраль	1-3	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Занятие- тренировка, репетиция	12	Постановка русского стилизованного танца	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Просмотр
<b>Раздел 5. Танцевальный флешмоб как самовыражение - 26 ч.</b>								
11	февраль	4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое	4	Понятие о флешмобе	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Опрос
12	март	1-5	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Практическое, тренировка, репетиция	22	Подготовка тематических флешмобов <b>Инструктаж по ТБ</b>	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Творческое задание
<b>Раздел 6. Фигурный вальс – 34 ч.</b>								
13	апрель	1-3	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, занятие- тренировка	12	Постановка корпуса и основные движения и фигуры вальса	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Педагогическое наблюдение
14	апрель	3-4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное, практическое	6	Поддержки в современных формах вальсового танца	МБОУ «Верхососенская	Педагогическое наблюдение

							СОШ»	
<b>15</b>	май	1-4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Практическое, тренировка, репетиция	16	Подготовка выпускного вальса <b>Промежуточная аттестация</b> <b>Инструктаж по ТБ</b>	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Тестирование, просмотр
<b>Раздел 8. Подведение итогов</b>								
<b>16</b>	май	4	17.50 – 19.30 17.00 – 18.40	Комбинированное	<b>2</b>	Итоговое занятие	МБОУ «Верхососенская СОШ»	Творческий отчет (концерт)

## 2.2. Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы созданы необходимые условия:

1. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «В вихре танца», календарно-тематические планы, журналы учета работы, инструкция по технике безопасности, разработанная методическая документация, специальная литература по профилю деятельности.
2. Соблюдение правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.
3. Просторный специализированный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим, деревянный пол и т.д.).
4. Материалы для проверки освоения программы: тесты по разделам программы, индивидуальные карты результативности освоения образовательной программы обучающихся, анкеты, задания.
5. Зеркала, раздевалка, шкафы, скамейки.
6. Музыкальный аудио-центр или ноутбук.
7. Сценические костюмы.
8. Тренировочная форма для обучающихся.
9. Танцевальный реквизит.

## 2.3 Формы аттестации/контроля.

Результаты усвоения программы обучающимися отслеживаются путем проведения стартового, промежуточного и итогового контроля в процессе проведения аттестации обучающихся. Материалы к аттестациям разрабатываются в соответствии с поставленными целью и задачами программы.

В образовательном процессе аттестация обучающихся выполняет целый ряд функций:

- ✓ *учебную*, так как создает дополнительные условия для обобщения и осмысления обучающимся полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков;
- ✓ *воспитательную*, так как является стимулом к расширению познавательных интересов и потребностей обучающихся;
- ✓ *развивающую*, так как позволяет обучающимся осознать уровень их актуального развития и определить перспективы;
- ✓ *коррекционную*, так как помогает педагогу своевременно выявить и устранить объективные и субъективные недостатки учебно-воспитательного процесса;
- ✓ *социально-психологическую*, так как дает каждому обучающемуся возможность пережить «ситуацию успеха».

### 1. *Стартовый контроль* (проводится в сентябре)

Цель – определение уровня способностей и степени физического развития детей в начале цикла обучения.

В ходе проведения стартовой диагностики определяются:

- ✓ физические данные ребенка (подвижность суставов, пластичность, гибкость) и его понимание, какого рода деятельность ему предстоит осваивать на занятиях;

- ✓ музыкальный слух;

- ✓ выбор программы обучения;

- ✓ формы и методы работы с данными детьми

Формы проведения стартовой аттестации – беседа, тестирование, педагогическое наблюдение, практическое задание на проверку музыкального слуха (Приложение №1)

**2. Промежуточный контроль** (проводится в декабре) – это оценка освоения образовательной программы, в том числе отдельной дисциплины (модуля) образовательной программы.

Цель – подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающихся.

В ходе проведения диагностики определяется:

- ✓ какова оценка успешности выбора технологии и методики;

- ✓ анализируются результаты обучения на данном этапе;

- ✓ корректировка выбранных методов, приемов, количества подаваемого материала в сторону более успешного принятия обучающимися программного материала.

Формы проведения промежуточной аттестации – контрольное практическое задание на выполнение определенных упражнений (Приложение №2)

**3. Итоговый контроль** (проводится в мае) – это оценка качества усвоения учащимися уровня достижений, заявленных в образовательной программе по завершении всего образовательного курса.

Цель – определение уровня подготовки и уровня развития способностей детей в конце цикла обучения.

В ходе проведения диагностики определяется:

- ✓ как изменились физические возможности ребенка в сравнении с началом года;

- ✓ анализируются общий уровень результативности обучения за год.

Формы проведения контроля: итоговое занятие, тестирование (Приложение №3), итоговый творческий концерт.

Одним из показателей результативности и качества образовательного процесса является участие обучающихся в конкурсах, концертах и мероприятиях различного уровня.

Формой подведения итогов можно считать: выступление на праздниках, участие в организации флешмобов и на выпускном балу.

В течение учебного года проводится текущий контроль с целью проверки и оценки результативности освоения обучающимися программы, своевременного выявления нуждающихся в поддержке педагога, а также проявляющих творческие способности. Педагогический контроль



обучающихся строится, прежде всего, на учете индивидуальных и возрастных особенностей воспитанников.

Текущий контроль проводится в форме педагогического наблюдения, анализа, опроса и в форме творческого задания и показательного выступления.

Теоретическая часть проверяется итоговым тестированием и также фиксируется в протоколе результатов итоговой аттестации обучающегося.

Практическая часть - концертное выступление, которое показывает уровень практических навыков обучающихся. Кроме того, на заключительном занятии в конце года проводится итоговое занятие, где подводятся итоги работы объединения за год, анализируются общие достижения и допущенные ошибки, проходит награждение лучших воспитанников.

#### **2.4. Система оценки образовательных результатов**

Разумно организованная система контроля и оценки результатов обучающихся дают возможность определить степень освоения обучающимися программы, а также проследить развитие личностных качеств обучаемых.

Контроль образовательных результатов осуществляется на основе определения:

- ✓ уровня теоретической подготовки воспитанников в конкретной образовательной области;

- ✓ степени сформированности практических умений и навыков детей в хореографическом виде творческой деятельности; уровня

- ✓ развития их личностных качеств, а также соотнесения всего перечисленного с ожидаемыми результатами, заложенными в общеобразовательной программе.

Результативность обучения в целом определяется по четырехбальной шкале и четырем уровням:

- ✓ уровень – **оптимальный** (высокий образовательный результат, полное усвоение содержания образования, имеет творческие достижения на уровне района, области)

- ✓ уровень – **достаточный** (полное усвоение программы);

- ✓ уровень – **средний** (базовый), полное усвоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);

- ✓ уровень – **низкий** (не полностью усвоил программу, допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

#### **2.5. Методическое обеспечение.**

Данная программа позволяет решить задачи начального обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. Танцевальный репертуар и физическая нагрузка спланированы с учетом

специфики возраста обучаемых, их интересов, уровня интеллектуального и физического развития.

Изучение учебного материала происходит на основании следующих дидактических принципов:

- ✓ от неизвестного - к известному;
- ✓ от близкого - к далекому;
- ✓ от простого - к сложному;
- ✓ от главного - к второстепенному;
- ✓ от общего - к частному;
- ✓ от конкретного - к абстрактному.

Обучение фигурному вальсу строится по следующей схеме:

- ✓ исполнение основных фигур;
- ✓ координация движений ног и всего тела;
- ✓ постановка корпуса (осанка);
- ✓ взаимодействие танцоров в паре;
- ✓ эмоциональное общение в паре между исполнителями;
- ✓ передача исполнителем характера танца;
- ✓ техника исполнения;
- ✓ музыкальность.

Изучение музыки – является важным звеном в процессе обучения. Знание истории музыки, воспитание чувство ритма, умение слышать музыку, способность разделять музыку на такты, выделять акценты и сильную долю

являются основными и главными приоритетами в программе.

Техника исполнения танца во многом зависит от знания основных размеров и природного ощущения ритма. Используются следующие **приемы**: восприятие ритма на слух и ритмические схемы и упражнения. Главная задача – научить двигаться под музыку

Программа в своей практической части сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения. Теоретические сведения преподносятся в процессе практических занятий.

Учитывая поставленные задачи, в образовательной программе используются **корректирующие методы и приемы** работы с детьми:

- ✓ речевое общение с детьми;
- ✓ правильная ориентация движения на площадке (к стене, к двери, в центр, из центра);
- ✓ речь, опережающая события;
- ✓ речь, подтверждающая действия;
- ✓ синхронное и зеркальное восприятие;
- ✓ перевод из одного пространства в другое (приучение детей ориентированию на разных площадках – в классе, на сцене; ощущению группового и индивидуального пространства);
- ✓ обращение внимания на индивидуальную культуру исполнения (замечать способности каждого ребенка);

Используются хорошо зарекомендовавшие себя, действенные **методы**:

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой.

Словесные объяснения должны быть краткими (недопустимо, чтобы педагог был излишне многословен), точны, образны и конкретны. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность детей, но можно и убить их веру в себя.

**Музыкальное сопровождение как методический прием.** Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем будущие исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.

Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью детей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным ее воздействием. Не рекомендуется подсказывать детям вид движения и отмечать (на первом этапе) более успевающих, ибо это приводит к слепому копированию. Не надо мешать обучающимся свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, не связанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

**Метод иллюстративной наглядности.** Занятие со школьниками вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеofilmами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием

предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.

**Концентрический метод** заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.

**Практический метод** (упражнения и комбинации) – самый важный. Это работа у станка, общеразвивающие и тренировочные упражнения и репетиции. Только многократное повторение движения развивает мышечную память обучающегося и вырабатывает танцевальную технику.

**Аналитический метод** – сравнение и обобщение разученного материала;

**Метод стимулирования** деятельности и поведения – соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

В программе используются и нетрадиционные формы занятий

**Занятие-импровизация** – на таком занятии обучающиеся получают полную свободу в выборе танцевальных элементов. Подобные занятия пробуждают фантазию ребёнка, раскрепощают его, пользуются популярностью у детей и родителей.

**Показательное занятие (концерт)**. Оно объединяет весь ранее изученный материал, дает четкое представление о хореографической подготовке танцора и его техники исполнения (ведь танцоры выходят на сцену). Главное здесь – это зрелищность, которая будет определяться характером движений, оригинальностью музыки и художественного образа.

**Занятие-репетиция** – занятие, полностью посвященное отработке танцевальных этюдов и постановок с предварительным комплексом разминки для разогрева мышц.

Важным элементом методического обеспечения является психолого-педагогическое сопровождение программы. Оно заключается в беседах педагога с обучающимися на занятиях, индивидуальных консультациях родителей и подростков по вопросам оптимального распределения нагрузки, особенностей питания в день занятий, общения в группе сверстников, а также сборе информации об индивидуальных особенностях состояния здоровья обучаемых.

Проведение таких мероприятий значительно повышает качество прохождения программы. Когда воспитанники начинают танцевать, свободно двигаться, танец становится тропой к раскрытию творческого потенциала человека. Осознание своих способностей, достигнутых успехов, пусть даже незначительных, повышает их волевую активность, укрепляет веру в свои силы.

### **Нормативные правовые акты**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р "Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года".

### **Список используемой литературы для педагогов:**

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. – М.: Айрис-Пресс, 2001. – 272 с.
2. Бондаренко, Л.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях / Л.А. Бондаренко. – Киев: Музична Украина, 1985. – 222 с.
3. Веретенников, И.И. «Белгородские карагоды» / И.И. Веретенников. – Белгород: Везелица, 1993. – 90 с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца / Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2004. – 232. с.
5. Франио, Г.С. Методическое пособие по ритмике / Г.С. Франио, И.В. Лифиц. – М.: Музыка, 1987. – 119 с.
6. Предпрофессиональные программы и общеразвивающие программы института развития образования в сфере культуры и искусства (ИРОСКИ) по предметам: гимнастика, ритмика, классический танец, народно-сценический танец, бальный танец, джазовый танец. (электронный вариант) (<http://iroski.ru/node/1075>)

### **Интернет-ресурсы:**

- <http://www.horeograf.com>
- <http://tehnology-ydod.narod.ru/>
- <http://future4you.ru/>
- <http://fcior.edu.ru>
- [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)
- [www.tangodance.by](http://www.tangodance.by)
- [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)

**Тест на определение хореографических способностей детей**  
(стартовая аттестация)

*Тесты на определение хореографических способностей предполагают проверку чувства ритма, музыкального слуха, способности копировать движения, растяжку, двигательную память.*

<b>Критерии</b>	<b>Проверка действий</b>	<b>Пояснения и рекомендации</b>
<i>1 этап. Уровень развития хореографических данных</i>		
1. Подъем стопы	Вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой	Не развитая стопа будет сковывать амплитуду прыжка и других движений. Для развития гибкости ступни необходимо выполнять специальные упражнения.
2. Выворотность в стопе	Выполнить 1 и 5 позиции ног.	Отсутствие выворотности, неподвижность голеностопного сустава может привести к травме. При выполнении позиций все пальцы должны плотно прилегать к полу.
3. Выворотность в колене	Выполнить demi plie Grand plie,	Невыворотность колена при исполнении прыжков ведет к травме. Развивается специальными упражнениями.
4. Выворотность в бедре	Выполнить demi plie Grand plie, «бабочку» и «лягушку» лежа на спине и животе.	Упражнения «лягушка» и «бабочка» следует выполнять осторожно с нажимом на колени. Отсутствие выворотности бедра не позволит правильно и красиво выполнить позы классического танца. Развивается с помощью специальных упражнений.
5. Величина шага	Выполнить (с помощью педагога) releve lent во всех	Нога должна идти свободно без усилий и боли, связки должны эластично растягиваться.

	направлениях с удержанием ноги на максимальной высоте.	Специальные упражнения увеличивают растяжку шага.
6. Гибкость корпуса	Выполнить перегибы корпуса во все направления.	Верхняя часть корпуса перегибается легко и свободно, с устойчивым равновесием в нижней части корпуса. Идеальная гибкость не обязательна.
7. Прыжок	Выполнение прыжков на 2 ногах на максимальную высоту.	Необходимо добиваться вытягивания корпуса и коленей в воздухе, полного опускания пяток на пол при приземлении, отталкивание производить всей ступней.
<i>2 этап. Уровень развития музыкальных данных</i>		
1. Ритм	Выполнить ритмическую хлопушку руками, ногами, выполнение движения с музыкой и изменением темпа	Отсутствие ритмических способностей препятствует изучению хореографии, развитию не поддается.
<i>3 этап. Развитие артистичности и выразительности</i>		
1. Выразительность	Импровизация на заданную тему.	Внутреннее раскрепощение ребенка – основная задача педагога для развития выразительности.

### Задания к промежуточной аттестации

1. Исполнить следующие движения и комбинации:
  1. Разминка, разогревочный движения
  2. Подготовительные упражнения
  3. Комбинации в различных стилевых характерах
  4. Прыжковая комбинация
  5. Развернутая комбинация в стиле хип-хоп

### Задания к промежуточной аттестации - тестирование по современному танцу

#### "Знание основ и терминологии современного танца"

- Современный танец делится на несколько направлений:
  - a. Уличные и клубные танцы
  - b. сценические формы (свободный танец) и уличные танцы
  - c. **сценические формы (свободный танец), уличные танцы и клубные танцы**
  
- К направлению уличных танцев относятся:
  - a. modern, jazz, contemporary dance
  - b. go-go, jazz-funk, vogue, teak-tonic
  - c. **hip-hop, break-dance, c-walk, cramp**
  
- К направлению свободного танца относятся:
  - a. **modern, jazz, contemporary dance**
  - b. go-go, jazz-funk, vogue, teak-tonic
  - c. hip-hop, break-dance, c-walk, cramp
  
- Основоположница нового направления хореографии - свободный танец это:
  - a. А.Павлова
  - b. **А.Дункан**
  - c. М.Тальони
  
- Определите позицию в партере в танце модерн
  - a. триплет
  - b. гармошка
  - c. **секонд позишн**



- Falls это-
  - a. движение рук
  - b. падения**
  - c. растяжка
  
- Flex это-
  - a. сокращение**
  - b. натяжение
  - c. поворот
  
- Arch это-
  - a. арка, прогиб**
  - b. сокращение
  - c. скользящий прыжок

**Комплексы упражнений для развития  
хореографических характеристик физических данных танцора**

Упражнения для стоп:

- Вытягивание подъемов стоп по аналогу движения Releve в VI, I, II позиции, сидя на полу, спина ровная:
- Из положения - сидя на пятках, подняться на пальцы (подъем должен "вывалиться"), перейти на полу - пальцы, опустить пятки на пол. Все сделать в обратном порядке и вернуться в исходное положение:
- Сидя на пятках, спина круглая, перейти в положение - сидя на подъем, руки опираются около стоп.
- Из I позиции поставить правую ногу на "полу - пальцы" (колени находятся в выворотном положении), перевести ногу на пальцы и вернуть ногу в исходную позицию.

Упражнения на выворотность:

- «Лягушка» с наклоном вперед.
- Сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли I позицию, и выпрямить ноги вперед.
- Лежа на спине, подъем ног на 90° по I позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп.

Упражнения на гибкость вперед:

- Спиной к станку, держась за опору руками, пружинящие наклоны вперед (по I и II позициям). Следить за прямой спиной.
- Лежа на полу, ноги в I позиции. Сесть, сделать наклон вперед, сесть, вернуться в исходное положение.
- В глубоком plie по II позиции, руки продеть с внутренней стороны голени и взяться за стопы, сохраняя положение рук, выпрямить колени с одновременным наклоном туловища.
- Спиной к станку: "кошечка", т.е. последовательный волнообразный прогиб из положения "стоя" в наклон вперед. Прогиб начинается с верхних звеньев позвоночника. Движение делается и в обратном порядке.

Развитие гибкости назад:

- "Кошечка" - из положения "сидя на пятках" перейти, не отрывая грудь от пола, в положение "прогнувшись в упоре". Сильно прогнуться и вернуться в исходное положение.
- "Корзиночка". В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").
- "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить,

чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").

- Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.

Силовые упражнения для мышц живота:

- "Уголок" из положения лежа.
- Стойка на лопатках без поддержки под спину.
- Лежа на спине *battements releve lent* двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через *rond* собрать в 1 позицию.

Силовые упражнения для мышц спины:

- Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища. Партнер придерживает за колени.
- Лежа на животе, поднимание и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении).
- Лежа на животе, поднимание и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках).
- Стоя в 1 позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно, переступая руками вперед, принять положение "упор лежа". При этом стараться удерживать пятки в 1 позиции на полу. Сгибаясь в тазобедренных суставах, подтянуть ноги в 1 позиции, как можно ближе к рукам. Подняться в исходное положение.

Упражнения на развитие шага:

- Лежа на полу, *battements releve lent* на 90° по 1 позиции во всех направлениях.
- Лежа на полу, *grand battement jete* по 1 позиции во всех направлениях.
- Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу вперед.
- Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая рука на полу.
- Сидя на полу с ногами по 1 позиции, развести ноги до прямого шпагата, лечь вперед и, разворачивая ноги в тазобедренных суставах, перевести их в "лягушку" на животе. Прodelать все в обратном порядке.
- Лежа на боку, *battement developpe* правой ногой, с сокращенной стопой. Захватить ее: а) правой рукой; б) левой рукой.
- Равновесие с захватом правой руки голеностопного сустава правой ноги: а) вперед; б) в сторону; в) назад.

**МЕТОДИКА**

**«Изучение удовлетворённости обучающихся жизнью в Доме детского творчества»**

**Дорогой друг!**

Прочти, пожалуйста, утверждения и оцени степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

- 4 – совершенно согласен;
- 3 – согласен;
- 2 – трудно сказать;
- 1 – не согласен;
- 0 – совершенно не согласен.

Обучающиеся												Вопросы	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
												1	Я иду во Дом детского творчества с радостью
												2	В Доме детского творчества у меня обычно хорошее настроение
												3	У нас в коллективе хороший педагог
												4	К нему можно обратиться за советом и помощью в трудной ситуации
												5	В коллективе я всегда могу свободно высказать своё мнение
												6	Я считаю, что в нашем коллективе созданы все условия для развития моих способностей
												7	Я считаю, что Дом детского творчества по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни
												8	На летних каникулах я скучаю по занятиям в Доме детского тв-ва
												<b>общая сумма баллов:</b>	

Ключ к анкете

Показателем удовлетворенности обучающихся жизнью в Доме детского творчества (**У**) является частное от деления общей суммы баллов всех обучающихся на общее количество ответов.

- Если «У» больше **3**, то можно констатировать высокую степень удовлетворенности обучающихся жизнью в Доме детского творчества;
- Если же «У» больше **2**, но меньше **3**, то это свидетельствует о средней степени удовлетворенности обучающихся жизнью в Доме детского творчества;
- Если же «У» равно **2**, то это свидетельствует о низкой степени удовлетворенности обучающихся жизнью в Доме детского творчества.

**Анкета «Уровень воспитанности обучающихся»**

**Цель:** диагностика уровня воспитанности обучающихся; определение изменений, происшедших в развитии личностных качеств воспитанников в течение учебного года.

**Методы:** наблюдение, анкетирование.

**Инструментарий:** анкета «Мои ценностные ориентации»

**Ход проведения.**

Мониторинг рассчитан на обучающихся (воспитанников) Дворца в возрасте от 6 до 17 лет. Исследование желательно проводить во второй половине каждого года обучения.

Каждому воспитаннику необходимо заполнить анкету «Мои ценностные ориентации». В анкете представлены критерии воспитанности и качества личности, которые нужно оценить. Ребёнок производит оценку развития у себя этих качеств в столбце «Я оцениваю себя» по пятибалльной системе: 5 баллов выставляется в том случае, если данное качество проявляется *всегда*, 4 балла – качество проявляется *часто*; 3 балла – качество проявляется *редко*; 2 балла – качество *никогда* не проявляется; 1 балл – у ребёнка *другая позиция, другое мнение по данному вопросу*.

Далее оценку развития качеств производит педагог творческого коллектива, который посещает ребёнка. Оценка производится таким же образом в столбце «Меня оценивает педагог». *По каждому качеству (критерию) выводится одна среднеарифметическая оценка. В результате воспитанник имеет 9 оценок (выставляются педагогом в столбце «Итоговые оценки»). Затем 9 оценок складываются и делятся на 9. Средний балл и является условным определением (показателем) уровня воспитанности: 5,0 – 4,5 балла – оптимальный уровень; 4,4 – 4,0 балла – достаточный уровень; 3,9 – 2,9 балла – средний уровень; 2,8 – 2,0 балла – недостаточный уровень.*

Допускается оценивание качеств личности воспитанников 6 – 8 лет *только педагогом коллектива* в случае возникновения серьёзных затруднений в осознании смысла критериев и качеств.

**Обработка результатов.**

При обобщении результатов диагностики *по коллективу* необходимо просчитать *процентное соотношение количества показателей оптимального уровня развития каждого качества к общему числу воспитанников*, аналогичным образом *обработать показатели достаточного, среднего и недостаточного уровней*. Затем нужно выделить *приоритетные характеристики коллектива (наивысший процент) и проблемные характеристики (наименьший процент)*. После чего нужно определить *общие показатели уровня воспитанности обучающихся по коллективу*. Таким же образом (имея данные по коллективам) определяются *показатели уровней развития каждого качества в целом по Дворцу и общие показатели уровня воспитанности обучающихся Дворца*.

Эта методика позволяет: видеть динамику развития качеств личности каждого ребёнка и коллектива в целом; анализировать состояние воспитательного процесса как в отношении одного воспитанника, так и коллектива в целом; определить приоритетные направления в воспитательной работе в коллективе в целом и индивидуальной работе с воспитанниками, осуществлять анализ динамики изменений в развитии отдельных качеств личности и общих показателей уровня воспитанности в целом по Дворцу. Осуществляя анализ, педагогу нужно обратить внимание на то, какие качества личности воспитанника выпадают из «индивидуальной нормы» (т.е. развиты слабо, на недостаточном уровне), даже при наличии отрицательной тенденции, при этом стараться подчеркнуть все положительные моменты.

Фамилия, имя, отчество воспитанника \_\_\_\_\_

Название коллектива, год обучения \_\_\_\_\_

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

### Анкета «МОИ ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ»

<i>Качества</i>	<i>Я оцениваю себя</i>	<i>Меня оценивает педагог</i>	<i>Итоговые оценки (выставляет педагог)</i>
<b>1. Эрудиция (начитанность, глубокие познания какой-либо области науки):</b>			
Прочность и глубина знаний.			
Культура речи.			
Умение доказательно и аргументировано рассуждать, доказывать точку зрения.			
Сообразительность.			
Использование дополнительных источников.			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>2. Отношение к труду:</b>			
Старательность и добросовестность			
Внимательность			
Самостоятельность			
Бережливость			
Привычка к самообслуживанию			

<b>Общая оценка:</b>			
<b>3. Я и природа:</b>			
Бережливость к земле			
Бережливость к растениям			
Бережливость к животным			
Бережное отношение к природе в повседневной жизнедеятельности и труде и помощь природе			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>4. Я и общество:</b>			
Выполнение правил поведения для воспитанников Дворца			
Участие в жизни коллектива			
Участие в жизни Дворца			
Следование нормам и правилам поведения в обществе (за пределами учебного заведения)			
Справедливость по отношению к себе			
Справедливость по отношению к другим людям			
Щедрость к слабым, больным, нуждающимся			
Умение прощать			
Честность			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>5. Милосердие:</b>			
Доброта и сострадание вообще (есть ли они у тебя)			
Доброта и сострадание к семье, близким, друзьям			
Доброта и сострадание к другим людям			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>6. Ответственность:</b>			
Долг перед родителями и старшими			
Долг по отношению к обществу			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>7. Эстетический вкус (отношение к прекрасному):</b>			
Аккуратность, опрятность			
Культурные привычки в жизни			
Внесение эстетики в			

жизнедеятельности			
Умение находить прекрасное в жизни			
Посещение культурных центров			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>8. Я (отношение к себе):</b>			
Я управляю собой, своим поведением			
Соблюдаю правила личной гигиены.			
У меня нет вредных привычек			
Умею организовать своё время			
Забочусь о здоровье			
<b>Общая оценка:</b>			
<b>9. Я и моя Родина, мой родной край:</b>			
Я знаю историю, обычаи, традиции моей Родины, народов России, жителей Белгородчины			
Я люблю Россию, мой родной край – Белгородчину; горжусь тем, что я – гражданин России и живу на легендарной и героической земле – в Белгородской области			
Я готов беречь и защищать своё Отечество и мой родной край			
<b>Общая оценка:</b>			



**АНКЕТА**

**«Мотивы для занятий в коллективе»**

(Для обучающихся младшего школьного возраста)

Фамилия, имя, отчество обучающегося \_\_\_\_\_

Название коллектива \_\_\_\_\_

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

***Дорогой друг!***

В настоящее время ты ходишь на занятия в объединение Дома детского творчества. Почему ты ходишь на занятия? Что тебя привлекает в коллективе, куда ты ходишь, что больше всего нравится? Посмотри на вопросы таблицы в столбце «Почему я хожу на занятия в Дом детского творчества». Выбери те из них, которые тебе больше всего подходят, и поставь знак «+» рядом, в столбце «Выбор».

<b>№№ п/п</b>	<b>Почему я хожу на занятия в Дом детского творчества</b>	<b>Выбор</b>
1.	Мне нравится то, чем мы занимаемся в коллективе	
2.	Хочу узнать то, что не изучают в школе	
3.	Хочу расширить свои знания и умения по школьным предметам	
4.	Занятия в коллективе помогают мне исправить свои недостатки	
5.	Занятия в коллективе помогают мне преодолеть трудности в учёбе	
6.	Мне нравится общаться с ребятами нашего коллектива	
7.	Мне нравится, когда мои работы участвуют в выставках, конкурсах (нравится выступать на концертах)	
8.	В этом коллективе замечают мои успехи	
9.	Меня здесь любят	
10.	Занятия в коллективе помогают мне приносить радость своим близким и знакомым	
11.	Хочу создавать сам что-то новое, интересное	
12.	Хочу научиться что-то делать самому (петь, танцевать, рисовать, лепить, шить и др.)	
13.	Хочу узнать что-то новое, интересное для себя	
14.	Мне нравится педагог моего коллектива, с ним интересно	
15.	Я занимаюсь в коллективе за компанию с другом	
16.	Я занимаюсь в коллективе потому, что наш класс на занятия приводят из школы	
17.	Мои родители хотят, чтобы я занимался в этом коллективе	
18.	Этот кружок находится ближе всего к моему дому	

19.	Твой вариант ответа	
-----	---------------------	--