

Департамент образования Администрации города Сургута  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 20

Принята на заседании  
методического совета  
от «21» 06 2018  
Протокол № 5

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №20  
Бауэр Н.В.  
«27» 07 2018 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
«Хореография для всех»**

Возраст обучающихся – 8 – 9 лет  
Срок реализации программы – 1 год  
Количество часов в год - 152

Автор-составитель программы  
Смирнова Ольга Васильевна,  
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2018

# ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы №20

Название программы	Хореография для всех
Направленность программы	Художественная
Ф.И.О педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Смирнова Ольга Васильевна
Год разработки	2018
Где и кем утверждена программа	Утверждена приказом директора МБОУ СОШ № 20 от 27.07.2018 г. №12-Ш20-13-577/18
Информация о наличии рецензии	Рецензии народного артиста России, профессора, заведующего кафедрой хореографии Ханты-Мансийского филиала МГУКИ Александра Абубакировича Мунтагирова и заведующего кафедрой педагогики Сургутского государственного университета ХМАО-Югры, доктора педагогических наук, профессора Веры Дмитриевны Повзун.
Уровень программы	Базовый
Цель	Формирование у воспитанников интереса к занятиям хореографией и освоение ими основ ритмики – хореографии, элементов классического, народного, современного танцев.
Задачи	1) формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр; 2) укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии; 3) воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.
Ожидаемые результаты освоения	<b>В обучении:</b> учащиеся умеют выделять сильную долю, слушать и просчитывать музыку, начинать движение после музыкального вступления, на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки. Знают позиции рук, ног, умеют ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн. Знают и умеют выполнять элементы классического, народного, современного танцев, элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса, проученные на базовом уровне обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы. <b>В развитии:</b> учащиеся свободно контактируют с

	<p>педагогом, адекватно реагируют на его замечания, любят быть в центре внимания на концертных выступлениях и открытых занятиях. Развивается любовь к искусству танца через посещение концертов и театральных постановок.</p> <p><b>В воспитании:</b> воспитанники уважительно относятся к педагогу и всем воспитанникам коллектива, помогают друг другу в трудной ситуации, поздравляют с днем рождения и другими праздниками.</p>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю/год	4 часа в неделю/ 152 часа
Возраст обучающихся	8-9 лет
Формы занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальные и групповые занятия;</li> <li>- постановочно – репетиционная работа;</li> <li>- концертная деятельность, ежегодные отчетные концерты, мероприятия с социальными партнерами, фестивали, проводимые в МБОУ СОШ № 20, фестивали, конкурсы различных уровней, акции, открытые уроки, занятия</li> </ul>
Методическое обеспечение	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каргина З.А. Об итоговой аттестации воспитанников детских творческих объединений // Внешкольник. – 2003. – № 4. – С. 24-26.</li> <li>2. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981. – 270с.</li> <li>3. Костровицкая В.С. Школа классического танца. [учебник для хореографических уч-щ и хореограф. отд-ний вузов искусств и культуры] / В. Костровицкая, А. Писарев. - 3-е изд., испр. - Ленинград: Искусство, 1986. – 264с.</li> <li>4. Лифиц И. В. Ритмика. – М.: Академия, 1999. – 224с.</li> <li>5. Никитин В.Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент. – М.: Алетейа, 2000. – 623с.</li> <li>6. Панферов В. И. Основы композиции танца. – Челябинск: изд-во ЧГАКИ, 2001. – 120с.</li> </ol>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Зеркальный класс со станками. Компьютер, колонки. Музыкальный центр. Гимнастические коврики. Маты. Форма для занятий: у девочек гимнастический купальник, трико или шорты, у мальчиков белая футболка, трико или шорты.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Хореография для всех» составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «Концепции развития дополнительного образования», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ», приказом Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 06.03.2014 г. № 229 «Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года», постановлением Администрации города от 13.12.2013 г. № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на 2014-2020 годы» (с изменениями), инструктивно-методическим письмом Департамента образования города от 14.09.2016 г. № 5429/16 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам в учреждениях, подведомственных департаменту образования Администрации города, в 2016-2017 учебном году», Положением о дополнительных общеобразовательных программах МБОУ СОШ № 20, утвержденного приказом директора от 01.09.2015 г. № 02-14-243/15, на основании программы дополнительного образования «Хореография в общеобразовательной школе», разработанной в 2009 году педагогами МБОУ СОШ № 20 Синявской Т.А. и Смирновой О.В. и рекомендованной к реализации народным артистом России, профессором, заведующим кафедрой хореографии Ханты-Мансийского филиала МГУКИ Александром Абубакировичем Мунтагировым и заведующим кафедрой педагогики Сургутского государственного университета ХМАО-Югры, доктором педагогических наук, профессором Верой Дмитриевной Повзун.

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» и в «Концепции развития системы образования Ханты - Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года» одной из задач является развитие системы дополнительного образования учащихся, подчеркивается целесообразность создания в каждом образовательном учреждении творческой среды, обеспечивающей возможность самореализации учащихся через расширение сферы дополнительных образовательных услуг. Облик школ до 2020 года должен измениться как по форме, так и по содержанию. В школе учиться будет и увлекательно, и интересно, если она станет центром не только образования, но и саморазвития личности ученика в процессе занятий творчеством и спортом.

Дополнительное образование детей является **актуальным** направлением развития МБОУ СОШ №20, частью основной образовательной программы образовательной организации.

#### **Актуальность программы**

В большом разнообразии форм художественного и эстетического воспитания подрастающего поколения хореографии отводится особое место. Во многом это связано со спецификой хореографического искусства выраженного в его многогранном воздействии на человека.

Несмотря на то, что Сургут расположен в экономически благополучном регионе страны – ХМАО-Югре, его жители испытывают дискомфорт, вызванный недостатком естественного природного света, кислорода, суровым резко-континентальным климатом с его нестабильным температурным режимом. Такое негативное влияние естественных факторов сказывается на физическом и психологическом состоянии здоровья жителей. Именно занятия хореографией, сочетающие в себе музыку, поэзию, вокал, движения и общение в стенах родной школы (опрос родителей показал, что в современных условиях соблюдения безопасности, сохранения жизни и здоровья, территориального удобства родители отдают предпочтения занятиям дополнительного образования, которые предлагают общеобразовательные учреждения) позволяют испытывать положительные эмоции и поднять эффективность процесса труда, особенно обучения, а также укрепить организм и физические данные ребенка.

Занятия классическим танцем гармонично развивают тело, воспитывают у учащихся навыки правильной осанки, развивают опорно-двигательный аппарат, уравнивают право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, сложную координацию движений, расширяют двигательный диапазон, тренируют дыхательную и сердечно-сосудистую системы, повышают жизненную активность подрастающего организма.

Народный танец, помимо выше указанного, позволяет расширить у воспитанников пространственно-территориальные и временно-музыкальные закономерности. Уроки народного танца позволяют воспитывать этническую толерантность и прививают интерес к музыке, истории, этнографии, географии, математике.

Кроме того, занятия танцами позволяют решить такие задачи как:

- развитие мышления, памяти, воображение;
- укрепление и совершенствования физического и психологического здоровья;
- приобретение чувства уверенности в собственных знаниях и силе.

Таким образом, разработка данной программы вызвана **необходимостью** создать условия для самореализации и личностного развития, укрепления здоровья учащихся. Это подтверждают данные запросов родителей (законных представителей) МБОУ СОШ № 20.

### **Концептуальные положения программы:**

- все дети способны научиться танцевать;
- творческие способности существуют параллельно и независимо от общих и специальных способностей;
- творчеству, как любой деятельности, можно учиться;
- коллективная деятельность – пространство творческого развития учащихся, возможность интересно и с пользой провести досуг.

**Новизна программы:** современное общество предъявляет новые требования к системе образования подрастающего поколения, в том числе и дополнительному образованию. Однако не всегда эти требования можно выполнить в полном объеме, например из-за отсутствия рекомендованного Министерством просвещения РФ учебно-методического комплекса по курсу «Хореография». В результате чего хореографы и педагоги создают авторские программы, учебники, пособия, обучающую видеопродукцию.

С 2009 года в МБОУ СОШ № 20 разработана и успешно реализуется программа дополнительного образования школьников «Хореография в общеобразовательной школе», рассчитанная на 7 лет обучения учащихся в возрасте 10 – 17 лет.

В соответствии с запросом обучающихся МБОУ СОШ №20 и их родителей (законных представителей) дополнительно разработана образовательная программа «Хореография для всех», рассчитанная на 1 год обучения учащихся на базовом уровне в возрасте 8-9 лет (2 класс), продолжительность обучения 38 учебных недель, 152 часа в год.

Занятия проводятся по расписанию занятий объединения дополнительного образования, количество занятий в неделю для базового уровня – 4 академических часа в неделю, наполняемость группы 22 человека, продолжительность занятий 40 минут.

Настоящая программа позволяет учащимся поддерживать интерес к творческой хореографической деятельности через объединение в комплекс хореографических дисциплин по ритмике, классическому, народному, современному танцу, партерному экзерсису, актерскому мастерству.

Данная программа ориентирует педагогов на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Обучение проводится на базовом уровне. Начинается изучение элементов классического, народного и современного танцев, партерного экзерсиса, основ актерского мастерства. Учащиеся совершенствуют основы ритмики, танцевально-ритмической гимнастики, игроритмики, игрогимнастики, игротанцев, музыкально - подвижных игр, креативной гимнастики, элементарных основ классического, народного и современного танца. На основе проученных движений и с учетом возрастных особенностей воспитанников подбирается танцевальный репертуар и проводится постановочно-репетиционная работа.

При работе по данной программе педагог может корректировать учебный план каждой отдельной учебной группы для реализации дифференцированного подхода.

Цель занятий полного курса «Хореография для всех»: развитие творческих способностей учащихся средствами хореографии.

**Цель базового уровня обучения для учащихся 8-9 лет:** формирование у воспитанников интереса к занятиям хореографией и освоение ими основ ритмики – хореографии, элементов классического, народного, современного танцев.

**Задачи:**

- 1) формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр;
- 2) укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии;
- 3) воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

**Основными формами** осуществления образовательной деятельности являются:

- 1) индивидуальные и групповые занятия;
- 2) постановочно – репетиционная работа;
- 3) концертная деятельность, ежегодные отчетные концерты, мероприятия с социальными партнерами, фестивали, проводимые в МБОУ СОШ № 20 г. Сургута, фестивали, конкурсы различных уровней, акции, открытые уроки, занятия – это формы, которые позволяют учащимся проявить себя в роли постановщиков, режиссеров, оформителей и артистов.

Программа предлагает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие.

При организации образовательного процесса используются традиционные группы **методов обучения:** наглядные, словесные, практические, дидактические игры, методы стимулирования и создания ситуаций успеха, метод рефлексии.

В рамках реализации данной программы использованы педагогические технологии, в которых развитие творческих способностей обучающихся является приоритетной целью.

1. Технология творческого развивающего обучения, в соответствии с которой последовательно формируются творческие способности личности на

основе свободного выбора ребенком внеурочной деятельности (И. П. Волков).

2. Технология коллективных творческих дел (И. П. Иванов).

### **Принципы реализации программы:**

- принцип доступности;
- принцип «от простого к сложному» и с интересом;
- принцип соблюдения индивидуального подхода;
- принцип актуальности;
- принцип системности;
- принцип творчества и успеха.

**Формы отслеживания результативности образовательного процесса:** мониторинг, выступления на мероприятиях, анализ творческих достижений учащихся.

### **Планируемые результаты базового уровня обучения для учащихся 8-9 лет**

**В обучении:** умение выделять сильную долю, слушать и просчитывания музыки, начинать движение после музыкального вступления, на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки, знать позиции рук, ног, уметь ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн. Знают и умеют выполнять элементы классического, народного, современного танцев, элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса, проученные на базовом уровне обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы.

**В развитии:** развитие физических и хореографических умений и навыков, формирование коммуникативных умений и навыков учащихся друг с другом, педагогом и зрительской аудиторией, развитие таланта учащихся, знакомство с работой хореографа и танцора.

**В воспитании:** формирование коммуникативных умений и навыков, общей культуры учащихся, привитие гуманности у воспитанников (оказание помощи друг другу в трудной ситуации), воспитание «чувства долга», «чувства локтя» и коллективного «МЫ», развитие интереса к культуре здорового образа жизни и танцу как неотъемлемой части жизни человека, на примере танцевального искусства привитие и удовлетворение художественно-эстетических потребностей через посещение концертов и театральных постановок.

**Оценка эффективности реализации программы** проходит в два этапа: внутренняя экспертиза, внешняя экспертиза. Они проводятся по итогам реализации программы.



1. Внутренняя экспертиза по программе для хореографического коллектива в общеобразовательной школе «Хореография для всех» – творческий экзамен и теоретический экзамен – формы проверки освоения программного материала. Творческий экзамен проводится в виде открытого занятия и отчетного концерта для родителей в образовательном учреждении. Теоретический экзамен проводится в форме контрольного опроса или тестирования, итоги которых отражают: «карта творческих достижений учащегося» показывает динамику формирования предметной компетентности и «карта учета результатов личностного развития учащегося» показывает динамику формирования коммуникативной компетентности и компетентности личностного самосовершенствования.

«Карта творческих достижений учащегося» и «Карта учета результатов личностного развития учащегося» разработаны на основе мониторинга результатов образования ребенка:

1) мониторинга личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы,

2) индивидуальной карточке учета результатов обучения (автор Каргина З.А.<sup>1</sup>),

3) мониторинга коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС), с учетом вида деятельности коллектива (хореография).

Карты позволяет вести поэтапную систему контроля над обучением учащихся, отслеживать динамику образовательных результатов, формирования предметной, коммуникативной компетенции и компетенции личностного самосовершенствования учащихся (Приложение б).

2. Внешняя экспертиза реализации программы – это оценка специалистов в области хореографии, родителей, социальных партнеров, а также достижения учащихся на городских, региональных, всероссийских, международных фестивалях – конкурсах.

## **Условия реализации программы**

Зеркальный класс со станками. Компьютер, колонки. Музыкальный центр. Гимнастические коврики. Маты. Форма для занятий: у девочек гимнастический купальник, трико или шорты, у мальчиков белая футболка, трико или шорты.

---

<sup>1</sup> См.: Каргина З.А. Некоторые подходы к выявлению и оценке результативности образовательной деятельности детского объединения дополнительного образования // Внешкольник. – 2006. – № 11. – С. 9-12.; Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. – М.: Школьная пресса, 2007. – 96с.; Каргина З.А. Об итоговой аттестации воспитанников детских творческих объединений // Внешкольник. – 2003. – № 4. – С. 24-26.

## Содержание программы

**Базовый уровень** для обучающихся в возрасте 8-9 лет (2 класс) рассчитан на 1 год обучения. В период 8 - 9 лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервные системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными комбинациями, которые отвечают возрастным особенностям учащихся, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей учащегося.

### Структура занятия:

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал (марш);
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- разминка.

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов классического, народного, современного экзерсиса;
- работа над этюдами, танцами;

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.

**Программа базового уровня обучения для учащихся 8-9 лет включает в себя следующие модули:**

### **Модуль 1 «Ритмика – хореография» (приложение 1)**

#### **1 раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика»**

Представлен образно-танцевальными композициями, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на обучающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для учащихся различных возрастных групп.

#### **2 раздел «Игроритмика»**

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей обучающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно-правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

#### **3 раздел «Игрогимнастика»**

Служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшем обучении. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и упражнения для укрепления осанки.

#### **4 раздел «Игротанцы»**

Направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры человека. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость обучающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, комбинации и такие танцевальные формы как народный, классический, современный и ритмические танцы.

#### **5 раздел «Музыкально-подвижные игры»**

Содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности школьника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование.

#### **6 раздел «Креативная гимнастика»**

Предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей учащихся, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

## **Модуль 2 «Классический танец» (приложение 2)**

*Классический танец* является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом – его главное воспитательное значение.

## **Модуль 3 «Русский народный танец» (приложение 3)**

*Народный танец* является одним из действенных средств, приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества, дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов.

Значительная роль народного танца в национальном, интернациональном и патриотическом воспитании школьников.

## **Модуль 4 «Современный танец» (приложение 4)**

*Современный танец* и музыка благодаря большой популяризации средствами массовой информации и всеобщей доступности, пользуются наибольшим интересом у подрастающего поколения, поэтому является не только воспитывающим и обучающим звеном программы, но и приобретают значение одного из решающих факторов в формировании массовой культуры школьников. Он, как ни какой другой позволяет наиболее комплексно воспитать тело танцора, что немаловажно в повседневной практической работе, когда исполнителю приходится сталкиваться с балетмейстерами различного стиля, различных направлений и систем.

## **Модуль 5 «Партерный экзерсис» (приложение 5)**

*Партерный экзерсис*, или упражнения на полу, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению незначительных физических недостатков.

*Постановочно – репетиционная работа* занимает особое место. Для удовлетворения спроса на концертную деятельность ежегодно репертуар коллектива обновляется на 1 - 2 номера, что требует значительных затрат времени, поэтому для постановочно – репетиционной работы на уровне начального общего образования отводится до 20 минут в течение занятия.

В процессе создания концертного репертуара коллектива учитываются возрастные особенности участников композиции и индивидуальные особенности каждого исполнителя.

**Учебно-тематический план  
на 2018-2019 учебный год**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теоретическая часть	Практическая часть	Всего часов
1	Ритмика-хореография	-	23	23
2	Классический танец	3	40	43
3	Русский народный танец	2	32	34
4	Современный танец	-	14	14
5	Партерный экзерсис	-	17	17
6	Постановочно-репетиционная работа	-	19	19
7	Промежуточная аттестация (открытый урок, отчетный концерт)	-	2	2
<b>ИТОГО:</b>		<b>5</b>	<b>147</b>	<b>152</b>

**Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Наименование модуля программы	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения занятий (план)	Дата проведения занятий (факт)
1	Ритмика-хореография	Поклон. Постановка корпуса, рук, ног.	1	03.09	
2		Марш – перестроения из линий в «змейку», «круг», «воротца», «звездочку».	1	06.09	
3		Марш – перестроения из линий в «змейку», «круг», «воротца», «звездочку».	1	07.09	
4		Разучивание разминки.	1	07.09	
5		Разучивание разминки.	1	10.09	
6		Разновидности танцевальных шагов	1	13.09	
7		Разновидности танцевальных шагов	1	14.09	
8		Разновидности танцевальных шагов	1	14.09	
9		Разновидности танцевального бега	1	17.09	
10		Разновидности танцевального бега	1	20.09	
11		Разновидности танцевального бега	1	21.09	
12		Боковой галоп	1	21.09	
13		Боковой галоп	1	24.09	
14		Боковой галоп с доворотом	1	27.09	
15		Боковой галоп с доворотом	1	28.09	

16		Марш – перестроения из круга в два, четыре круга	1	28.09	
17		Марш – перестроения из круга в два, четыре круга	1	01.10	
18		Марш – перестроения из колоны в несколько колонн	1	04.10	
19		Марш – перестроения из колоны в несколько колонн	1	05.10	
20		Танцевальные комбинации с хлопками на приставных шагах.	1	05.10	
21		Танцевальные комбинации с хлопками на приставных шагах.	1	08.10	
22		Allegro: «Зайчики», «Лягушки»	1	11.10	
23		Allegro: «Зайчики», «Лягушки»	1	12.10	
<b>Итого по модулю «Ритмика-хореография»</b>			<b>23</b>		
24	Партерный экзерсис	Par terre. Упражнения, способствующие растягиванию стоп, подколенных мышц и связок	1	12.10	
25		Par terre. Упражнения, способствующие растягиванию стоп, подколенных мышц и связок	1	15.10	
26		Par terre. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра	1	18.10	
27		Par terre. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра	1	19.10	
28		Par terre. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.	1	19.10	
29		Par terre. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.	1	22.10	
30		Par terre. Упражнения для укрепления мышц спины.	1	25.10	
31		Par terre. Упражнения для укрепления мышц спины.	1	26.10	
32		Par terre. Упражнения для для гибкости позвоночника.	1	26.10	
33		Par terre. Упражнения для для гибкости позвоночника.	1	29.10	
34		Par terre. Упражнения для	1	01.11	

		для развития выворотности и танцевального шага.			
35		Par terre. Упражнения для для развития выворотности и танцевального шага.	1	02.11	
36		Par terre «Березка»	1	02.11	
37		Par terre «Коробочка».	1	06.11	
38		Par terre. Grand battement назад, вперед	1	08.11	
39		Par terre. Grand battement назад, вперед	1	09.11	
40		Par terre «Капелька».	1	09.11	
<b>Итого по модулю «Партерный экзерсис»</b>			<b>17</b>		
41	Постановочно-репетиционная работа	Мы маленькие звезды...	1	12.11	
42		Мы маленькие звезды...	1	15.11	
43		Мы маленькие звезды...	1	16.11	
44		Мы маленькие звезды...	1	16.11	
45		Мы маленькие звезды...	1	19.11	
46		Мы маленькие звезды...	1	22.11	
47		Мы маленькие звезды...	1	23.11	
48		Мы маленькие звезды...	1	23.11	
49		Мы маленькие звезды...	1	26.11	
<b>Итого по постановочно-репетиционной работе</b>			<b>9</b>		
50	Классический танец. Упражнения у станка.	Поклон. Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук	1	29.11	
51		Поклон. Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук	1	30.11	
52		Разогрев стопы лицом к станку	1	30.11	
53		Разогрев стопы лицом к станку	1	03.12	
54		Demi plie по 1-й, 2-й позиции (лицом к станку)	1	06.12	
55		Demi plie по 1-й, 2-й позиции (лицом к станку)	1	07.12	
56		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	07.12	
57		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	10.12	
58		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	13.12	
59		Releve по 1-й, 2-й позиции	1	14.12	
60		Battement tendu jete в сторону по 1-й позиции (лицом к станку)	1	14.12	
61		Battement tendu jete в	1	17.12	

		сторону по 1-й позиции (лицом к станку)			
62	Классический танец. Упражнения на середине зала.	Battement tendu jete в сторону по 1-й позиции (лицом к станку)	1	20.12	
63		Passe par terre	1	21.12	
64		Degage	1	21.12	
65		Понятие направлений en dehors, en dedans	1	24.12	
66		Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans	1	26.12	
67		Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans	1	10.01	
68		Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans	1	11.01	
69		Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans	1	11.01	
70		Battements releve lents в сторону на 45 градусов	1	14.01	
71		Battements releve lents в сторону на 45 градусов	1	17.01	
72		Battements releve lents в сторону на 45 градусов	1	18.01	
73		Battements releve lents в сторону на 45 градусов	1	18.01	
74		Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции	1	21.01	
75		Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции	1	24.01	
76		Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции	1	25.01	
77		Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции	1	25.01	
78		Demis plies по 1-й позиции	1	28.01	
79		Demis plies по 1-й позиции	1	31.01	
80		Demis plies по 1-й позиции	1	01.02	
81		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	01.02	
82		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	04.02	
83		Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции	1	07.02	
84		Battment tendu jete в сторону из 1 позиции	1	08.02	



85		Battment tendu jete в сторону из 1 позиции	1	08.02	
86		Battment tendu jete в сторону из 1 позиции	1	11.02	
87		Первое, второе и третье port de bras	1	14.02	
88		Первое, второе и третье port de bras	1	15.02	
89		Первое, второе и третье port de bras	1	15.02	
90		Allegro. Temps leve sauté	1	18.02	
91		Allegro. Temps leve sauté	1	21.02	
92		Allegro. Temps leve sauté	1	22.02	
<b>Итого по модулю «Классический танец»</b>			<b>43</b>		
93	Русский народный танец	Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения.	1	22.02	
94		Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения.	1	25.02	
95		Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения.	1	28.02	
96		Поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад.	1	01.03	
97		Поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад.	1	01.03	
98		Поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад.	1	04.03	
99		Притопы: одинарные, тройные.	1	07.03	
100		Притопы: одинарные, тройные.	1	11.03	
101		Притопы: одинарные, тройные.	1	12.03	
102		Перетопы тройные.	1	13.03	
103		Перетопы тройные.	1	14.03	

104		Перетопы тройные.	1	15.03	
105		Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка.	1	15.03	
106		Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка.	1	18.03	
107		Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка.	1	21.03	
108		Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад.	1	22.03	
109		Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад.	1	22.03	
110		Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад.	1	25.03	
111		Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.	1	28.03	
112		Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.	1	29.03	
113		Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.	1	29.03	
114		Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции.	1	01.04	
115		Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции.	1	04.04	
116		Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции.	1	05.04	
117		Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции, по 1-й прямой позиции.	1	05.04	
118		Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к	1	08.04	

		дробям).			
119		Бег на месте и с продвижением вперед и назад на полупальцах.	1	11.04	
120		Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.	1	12.04	
121		«Веревочка» простая.	1	12.04	
122		«Веревочка» простая.	1	15.04	
123		«Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом	1	18.04	
124		«Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом	1	19.04	
125		«Ключ» простой (с переступаниями)	1	19.04	
126		«Ключ» простой (с переступаниями)	1	22.04	
<b>Итого по модулю «Русский народный танец»</b>			<b>34</b>		
127	Постановочно-репетиционная работа	Полюшко	1	25.04	
128		Полюшко	1	26.04	
129		Полюшко	1	26.04	
130		Полюшко	1	29.04	
131		Полюшко	1	02.05	
132		Полюшко	1	03.05	
133		Полюшко	1	03.05	
134		Полюшко	1	06.05	
135		Полюшко	1	08.05	
136		Полюшко	1	10.05	
<b>Итого по постановочно-репетиционной работе</b>			<b>10</b>		
137	Современный танец	Тренаж. Roll down roll up.	1	10.05	
138		Тренаж. Комбинация Demi, grand plie	1	13.05	
139		Тренаж. Комбинация battements tendus.	1	16.05	
140		Тренаж. Упражнение для развития подвижности позвоночника.	1	17.05	
141		Тренаж. Двойной приставной шаг с кик	1	17.05	
142		Тренаж. Battements releve lents	1	20.05	
143		Тренаж. Grand battement	1	21.05	
144		Кросс. Танцевальный шаг	1	23.05	
145		Кросс. Grand battement в продвижении	1	24.05	
146		Кросс. Grand battement в повороте	1	24.05	
147		Кросс. Grand battement в повороте	1	27.05	

148		Кросс. Танцевальный бег	1	30.05	
149		Кросс. Танцевальный бег с соскоком с правой левой ноги.	1	31.05	
150		Кросс. Шассе по точкам плана класса	1	31.05	
<b>Итого по модулю «Современный танец»</b>			<b>14</b>		
151	Промежуточная аттестация	Открытый урок Отчетный концерт	2	27.04 11.05	
<b>ИТОГО:</b>			<b>152</b>		

**Календарный учебный график**  
(дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе  
«Хореография для всех»)

Начало учебного года – 01.09.2018

Окончание учебного года – 31.05.2019

Классы	1 полугодие	Зимние каникулы		2 полугодие	Итого	
	Сроки	Сроки	Количество дней	Сроки	Учебные недели	Каникулы (количество дней)
2	01.09 - 26.12	27.12- 09.01	14	10.01 - 31.05	38 <sup>1</sup>	14
Класс	Промежуточная аттестация (сроки, количество часов)					
2	20.04 – 15.05 (2 часа)					
Класс	Летние каникулы (сроки)					
2	01.06 – 31.08					

Примечания: <sup>1</sup> с учетом переноса учебных занятий, выпадающих на праздничные дни, согласно скорректированному расписанию учебных занятий на основании приказа образовательного учреждения с целью реализации учебного плана в полном объеме.

## Список литературы

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2000. — 192с.
2. Волков И.П. Приобщение школьников к творчеству: из опыта работы – М.: Просвещение, 1982. – 144с.
3. Каргина З.А. Некоторые подходы к выявлению и оценке результативности образовательной деятельности детского объединения дополнительного образования // Внешкольник. – 2006. – № 11. – С. 9-12.
4. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. – М.: Школьная пресса, 2007. – 96с.
5. Каргина З.А. Об итоговой аттестации воспитанников детских творческих объединений // Внешкольник. – 2003. – № 4. – С. 24-26.
6. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981. – 270с.
7. Костровицкая В.С. Школа классического танца. [учебник для хореографических уч-щ и хореограф. отд-ний вузов искусств и культуры] / В. Костровицкая, А. Писарев. - 3-е изд., испр. - Ленинград: Искусство, 1986. – 264с.
8. Косяченко Г. С. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. – Самара: СИПКРО, 2003. – 168с.
9. Лифиц И. В. Ритмика. – М.: Академия, 1999. – 224с.
10. Никитин В.Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент. – М.: Алетейа, 2000. – 623с.
11. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998. – 128с.
12. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001. – 168с.
13. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. – М.: ВЦХТ, 2002. – 160с.
14. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. – М.: ИД «Один из лучших», 2004. – 414с.
15. Панферов В. И. Основы композиции танца. – Челябинск: изд-во ЧГАКИ, 2001. – 120с.
16. Подласый И.П. Педагогика. - М.: Владос, 2000. – 256с.
17. Серебренников Н.Н. Поддержка в дуэтом танце. - Ленинград: Искусство, 1969. – 136с.
18. Стуколкина Н.М. Четыре экзерсиса: уроки характерного танца. - М.: Всероссийское театральное общество, 1972. – 397с.

19. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированного образования // Народное образование. – 2003. – № 2. – С. 58-64.

20. Шишов С. Е. Понятие компетенции в контексте качества образования // Стандарты и мониторинг в образовании. – 1999. – № 2. – С. 41–48.

21. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 412с.

22. Щуркова Н.Е. Пакет школьных методик изучения личности: Методический материал для опытно-экспериментальной работы. – М.: МИУУ, 1990. – 87с.

### **Интернет-ресурсы**

1. Государственные образовательные стандарты// Государственные стандарты общего образования. // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.edu.ru/db/portal/obschee/index.htm> (дата обращения 10.08.18 г.)

2. Министерство образования и науки Российской Федерации // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://минобрнауки.рф/проекты/доступное-дополнительное-образование-для-детей> (дата обращения 10.08.18 г.)

3. Хуторской А.В. Ключевые компетенции и образовательные стандарты. Доклад на отделении философии образования и теории педагогики РАО 23 апреля 2002. Центр «Эйдос» // [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.eidos.ru/news/compet.htm](http://www.eidos.ru/news/compet.htm) (дата обращения 10.08.18 г.)

Департамент образования Администрации города Сургута  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 20

**Приложения**  
**к дополнительной общеобразовательной**  
**(общеразвивающей) программе**  
**художественной направленности**  
**«Хореография для всех»**

Возраст обучающихся – 8 – 9 лет  
Срок реализации программы – 1 год  
Количество часов в год - 152

Автор-составитель программы  
Смирнова Ольга Васильевна,  
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2018

## Содержание модуля 1 «Ритмика – хореография»

### 1 раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Поклон. Постановка корпуса, рук, ног - «солдатики», «елочки». «Смешные человечки»; «Джазовая дорожка»; «Джазовая дорожка по точкам плана класса».

### 2 раздел «Игроритмика»

Приставной шаг в сторону; двойной приставной шаг; двойной приставной шаг с хлопком; приставной шаг вперед с правой ноги; приставной шаг вперед с левой ноги; «квадрат» с правой, левой ноги; «восьмерка» с правой, левой ноги; «змейка»; поворот на шагах; «шассе» с поворотом на шагах; танцевальные комбинации с хлопками на приставных шагах.

### 3 раздел «Игрогимнастика»

Par terre «Пяточки – носочки»; «Тюльпанчик»; «Ступеньки» правой, левой ногами и двумя ногами вместе; battement tendu вперед, в сторону с правой и левой ноги; «Флажок» с правой, левой ноги; «Кораблик»; «Книжка - раскладушка»; «Буратино»; «Читаем книжку»; «Крутые повороты»; «Бабочка»; Grand battement вперед; «Перекаты»; «Лебеди»; «Лягушка»; «Киска – хмурая, лясковая, хвостиком играет», «Гладим киску»; «Мишка косолапый»; «Паровозик»; «Телефончик»; «Березка»; «Коробочка»; «Капелька»; Grand battement назад; «Коровка».

Марш – перестроения из линий в «змейку», «круг»; перестроения из круга в два, четыре круга; перестроения из колонны в две – пять колонн; перестроения по квадрату и др.

### 4 раздел «Игротанцы»

«Танец маленьких утят»; «Танец на горячих углях»; «Буги – вуги»; «Снежный ком»; «Лавата»; «Пеленица»; «Передай мяч»; «Третий лишний»; «Море волнуется»; «Магазин игрушек» и др.

### 5 раздел «Музыкально-подвижные игры»

Бег: легкий на полупальцах «Самолетики»; Шаги на полупальцах «Веребочка»; Шаг «Цапля»; Танцевальный бег; танцевальный бег с соскоком, танцевальный бег в сочетании с подскоками, шагом польки и др.

Allegro: «Зайчики», «Лягушки»; Боковой галоп, простые прыжки, подскоки, поскок и др.

### 6 раздел «Креативная гимнастика»

Port de bras – «Деревья», «Птицы», «Бабочки», «Веточки – листочки», «Морские волны» и др.



## Содержание модуля 2 «Классический танец»

Предмет классический танец по праву считается главным в процессе подготовки исполнителей любого профиля. И это закономерно, поскольку классический танец и его школа являются единственной всеобъемлющей системой профессионального воспитания человеческого тела, существующей уже более 400 лет. Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства. Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку.

### Базовый уровень обучения (8-9 лет)

#### Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук:

1. Позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я.;
2. Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);
3. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);

#### Упражнения у станка:

1. Разогрев стопы лицом к станку;
2. Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку);
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Releve по 1-й, 2-й позиции;
5. Battement tendu jete в сторону по 1-й позиции (лицом к станку);
6. Passe par terre
7. Degage;
8. Понятие направлений en dehors, en dedans;
9. Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
10. Battements releve lents в сторону на 45 градусов;
11. Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции.

#### Упражнения на середине зала:

1. Поклон;
2. Demis plies по 1-й позиции;
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Battment tendu jete в сторону из 1 позиции;
5. Первое, второе и третье port de bras.

#### Allegro:

1. Temps leve sauté

### Содержание модуля 3 «Русский народный танец»

Развитие русского народного танца тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений. Разнообразие русского народного танца, хороводы, кадрили, переплясы и пляски, объединяют в себе сюжеты лирические, игровые, веселые и удалые. В танцах часто можно встретить как простые, так и очень сложные движения, движения с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец достаточно широко может быть представлен, и поэтому предлагается его освоение в течение основного этапа обучения.

Русский танец вводится на основном этапе, когда обучающиеся знают основные упражнения классического экзерсиса и умеют правильно выполнять их.

#### Позиции ног

##### ➤ Пять прямых.

1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп,

2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга,

3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой,

4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы,

5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

##### ➤ Пять свободных.

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

##### ➤ Две закрытые.

1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны.

2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

#### Позиции и положения рук

##### ➤ Семь позиций

1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

6-я – обе руки, согнутые в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

#### ➤ **Подготовительное положение**

Обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

1-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями: пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

### **Базовый уровень обучения (8-9 лет)**

**Основные положения ног:** позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые.

**Основные положения рук:** подготовительное, первое и второе положения рук; подготовка к началу движения; положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

**Элементы русского народно-сценического танца:**

1. Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения.
2. Поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы: одинарные (женские), тройные.
4. Перетопы тройные.
5. Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка.
6. Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад.
7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
8. «Гармошка»
9. «Елочка»
10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции.
11. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции, по 1-й прямой позиции.
12. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

13. Бег на месте и с продвижением вперед и назад на полупальцах.
14. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
15. «Веревочка» простая.
16. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом
17. «Ключ» простой (с переступаниями)

## Приложение №4

### Содержание модуля 4 «Современный танец»

Танец – вид искусства, посредством которого раскрывается внутренний мир человека, художественный образ. Танец позволяет развить видение, понимание музыкального произведения, выразить его через пластику своего тела, раскрыть сюжетную линию, показать различную стилевую особенность.

Более 70 лет Россия по целому ряду причин была оторвана от процесса развития мирового хореографического искусства. Но, наконец, стены рухнули, и вот уже более десяти лет наше хореографическое искусство пытается влиться в общемировой процесс развития современной хореографии.

Джазовый танец - танец эмоций, танец энергии и силы. Он стал второй системой танцевального искусства со своей стилистикой, лексикой и главной школой.

В современном танце, особенно в джазе и модерне каждый педагог создает свою школу. И ценность педагога хореографа определяется именно его самобытностью и неповторимостью.

### Базовый уровень обучения (8-9 лет)

#### **Основные положения ног и рук.**

1. Позиции ног: 1 параллельная позиция; 1-аут - аналогична 1 позиции классического танца; 2 параллельная - стопы находятся точно под бедрами; 2-аут - аналогична 2 позиции классического танца.

2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

#### **Разогрев.**

1. Движения заимствованные из классического танца: Подъемы и опускания на полупальцы (*releve*) в сочетании с *plie*; *Demi* и *grand plie* по параллельным и выворотным позициям; *Battement tendu*; *Battement tendu jete* по параллельным позициям с вытянутой стопой.

2. Движения заимствованные из танца модерн или других систем хореографии: *Catch step* - движение аналогично *degage* классического танца, *Kick* (пинок)

#### **Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.**

1. Наклоны торса: *Flat back* - положение, в котором спина, голова и руки составляют одну плоскость; *Roll down* и *roll up*.

2. Спирали: *Body roll* – волна; *Contraction*; *Release*.

### **Изоляция.**

Первоначально все движения изучаются в чистом виде. Голова; Плечи; Грудная клетка; Таз (пелвис); Руки; Ноги.

Второй этап обучения - соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, полукруг, круг.

### **Партер: упражнения stretch-характера.**

#### **Кросс (шаги, прыжки, вращения)**

Cross - это самая импровизированная часть урока. Кросс может быть в различных манерах и стилях современного танца. В старших классах возможны кроссовые комбинации с использованием падений, перекатов на полу и т.д.

Cross - Танцевальный шаг в развитии. Шаг, *passé*. Шаг накрест по точкам плана класса. Танцевальная комбинация шаг – *passé* с шагами накрест по точкам плана класса. Дорожка из III позиции по точкам плана класса. Поворот на шагах из III позиции по точкам плана класса. Танцевальная комбинация – дорожка с поворотом на шагах из III позиции по точкам плана класса. *Temps leve sauté* по VI, I позициям ног. *Temps leve sauté* с поджатыми по VI, I позициям ног.

**Танцевальные комбинации** зависят от фантазии педагога. Однако главное требование комбинации - ее танцевальность. На данном этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их длительность не должна превышать 32 такта. Строятся комбинации на основе изученного материала.

## **Приложение №5**

### **Содержание модуля 5 «Партерный экзерсис»**

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционному классическому, народному, современному экзерсису у станка и на середине зала, требующему высокого физического напряжения. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

1. Упражнения, способствующие растягиванию ахилловых сухожилий, стоп, подколенных мышц и связок.

2. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.

3. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

4. Растягивание мышц и связок спины, особенно поясницы.

5. Упражнения для гибкости позвоночника.

6. Укрепление мышц спины и позвоночника.

7. Упражнения для развития эластичности мышц плечевого пояса.
8. Упражнения для развития выворотности и танцевального шага.
9. Различные варианты растяжек.

## Приложение №6

### **Мониторинг результатов образования ребенка по дополнительной образовательной программе**

Образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, а также и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, поэтому о результатах обучения необходимо судить по двум группам показателей:

- **учебным** (фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы – предметная компетентность);
- **личностным** (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном кружке, студии, секции – компетентность личного самосовершенствования, коммуникативная компетентность).

**Технология определения учебных результатов** по дополнительной образовательной программе заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (теоретическая, практическая подготовка ребенка) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Для удобства выделенные уровни обозначаются соответствующими тестовыми баллами (1 – 10 баллов). В качестве методов, с помощью которых педагог будет определять соответствие результатов обучения ребенка программным требованиям, могут быть наблюдение, тестирование, контрольный опрос (устный или письменный), анализ контрольного задания, собеседование и др. данный перечень методов может быть дополнен в зависимости от профиля и конкретного содержания образовательной программы.

Данная технология представлена в таблице, которая позволяет наглядно представить набор основных знаний, умений и практических навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения образовательной программы (Таблица 1).

**Мониторинг результатов образования ребенка по дополнительной образовательной программе «Хореография для всех» образцового детского хореографического коллектива «Даксион» (в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностик
1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка учащегося:				
1.1 Теоретические знания (по основным разделам тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>• минимальный уровень (учащийся овладел менее чем <math>\frac{1}{2}</math> объема знаний, предусмотренных программой;</li> <li>• средний уровень (объем усвоения знаний составляет более <math>\frac{1}{2}</math>);</li> <li>• максимальный уровень (учащийся усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)</li> </ul>	1  5  10	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
1.2 Владение специальной терминологией (по основным направлениям деятельности)	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> <li>• минимальный уровень (учащийся, как правило, избегает употребления специальной терминологии)</li> <li>• средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой);</li> <li>• максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном</li> </ul>	1  5  10	Собеседование, наблюдение.

		соответствии с их содержанием)		
2. Практическая подготовка ребенка: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков учащегося программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>• минимальный уровень (учащийся овладел менее чем ½предусмотренных программой умений и навыков);</li> <li>• средний уровень (объем усвоения умений и навыков составляет более ½);</li> <li>• максимальный уровень (учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренных программой за конкретный период)</li> </ul>	1  5  10	Творческий экзамен в форме открытого занятия
2.2. Творческие навыки	Уровень исполнительского мастерства (чистота исполнения, синхронность); художественная выразительность (артистичность)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• минимальный уровень</li> <li>• средний уровень</li> <li>• максимальный уровень</li> </ul>	1  5  10	Творческий экзамен в форме отчетного концерта
Итого:				

**Динамика результатов освоения предметной деятельности** конкретным ребенком отражается в карте творческих достижений учащегося (Таблица 2). Педагог два раза в год (в начале и в конце учебного года) проставляет баллы, соответствующие степени выраженности оцениваемого качества у ребенка. Кроме этого, в конце карточки выделена специальная графа «Предметные достижения обучающегося», выполняющую роль «портфолио», где фиксируются наиболее значимые достижения ребенка в сфере деятельности, изучаемой образовательной программой. Здесь могут быть отмечены результаты участия ребенка в акциях, фестивалях - конкурсах, концертной деятельности и т.д.



**Карта творческих достижений учащегося  
образцового детского хореографического коллектива «Даксион»  
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого  
качества)**

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Вид и название детского объединения \_\_\_\_\_

Ф. И. О. педагога \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Сроки диагностики Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Конец I полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года
<p><b>I. <u>Теоретическая подготовка ребенка:</u></b></p> <p>1.1. Теоретические знания: а) б) в) и т.д.</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией</p>						
<p><b>II. <u>Практическая подготовка ребенка</u></b></p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) б) в) и т.д.</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p> <p>2.3. Творческие навыки</p>						
<p><b>III. <u>Предметные достижения обучающегося:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ На уровне детского объединения (кружка, студии, секции)</li> <li>▪ На уровне школы (по линии дополнительного образования)</li> <li>▪ На уровне района, города</li> <li>▪ На всероссийском, международном уровне</li> </ul>						
<b>Итого:</b>						

Карта позволяет вести поэтапную систему контроля за обучением учащихся и отслеживать динамику образовательных результатов учащегося, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания – сравнение ребенка не только с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждую оценку нужно прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства ребенка – это поддержит его стремление к новым успехам.

Суммарный итог, определяемый путем подсчета тестового балла, дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения.

#### **Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы**

Развитие личностных качеств ребенка должно быть предусмотрено в каждой образовательной программе.

На развитие личности ребенка влияет множество факторов, а не только общение с педагогом дополнительного образования. Кроме того, достаточно непросто найти те показатели личностного развития, на основании которых можно определить их положительную динамику.

Данная методика предполагает отслеживать динамику личностного развития детей, занимающихся в системе дополнительного образования, по трем блокам личностных качеств – организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества личности (Таблица 3). В совокупности, приведенные в таблице личностные свойства, отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов. Вместе с тем, предложенный в таблице перечень качеств может быть дополнен педагогом в соответствии с целевыми установками его программы.

**Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения  
им дополнительной образовательной программы**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<b><u>I. Организационно-волевые качества:</u></b>				
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.	- терпения хватает меньше чем на ½ занятия - терпения хватает больше чем на ½ занятия	1 5	Наблюдение
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	- терпения хватает на все занятие	10	
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	-волевые усилия ребенка побуждаются извне - иногда – самим ребенком - всегда – самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
		- ребенок постоянно находится под воздействием контроля из вне - периодически контролирует себя сам - постоянно контролирует себя сам	1 5 10	Наблюдение
<b><u>II. Ориентационные качества:</u></b>				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.	- завышенная - заниженная - нормальная	1 5 10	Анкетирование
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован ребенку извне - интерес периодически поддерживается самим ребенком - интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно	1 5 10	Тестирование
<b><u>III. Поведенческие качества:</u></b>				
3.1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	- периодически провоцирует конфликты - сам в конфликтах не участвует, старается их избежать - пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	0 5 10	Тестирование, метод незаконченного предложения
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам)	Умение воспринимать общие дела, как свои	- избегает участия в общих делах - участвует при побуждении извне	0 5 10	Наблюдение, мониторинг коммуникативных и

детского объединения)	собственные	- инициативен в общих делах	организаторских способностей (методика КОС)
-----------------------	-------------	-----------------------------	---

**Технология определения личностных качеств** обучающегося заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (терпение, воля, самоконтроль, самооценка, интерес к занятиям, конфликтность, тип сотрудничества) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Для удобства выделенные уровни обозначаются баллами. В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностическую беседу, метод рефлексии, метод незаконченного предложения и другие.

Технология мониторинга личностного развития ребенка требует документального оформления полученных результатов на каждого ребенка. С этой целью педагог оформляет на каждого ребенка карту учета результатов динамики личностных качеств развития ребенка (Таблица 4).

Таблица 4

**Карта учета результатов личностного развития учащегося образцового детского хореографического коллектива «Даксион»**  
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_  
 Возраст \_\_\_\_\_  
 Вид и название детского объединения \_\_\_\_\_  
 Ф. И. О. педагога \_\_\_\_\_  
 Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Показатели \ Сроки диагностики	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Начало уч. года	Конец уч. года	Начало уч. года	Конец уч. года	Начало уч. года	Конец уч. года
<b>I. <u>Организационно-волевые качества:</u></b> 1.1. Терпение 1.2. Воля 1.3. Самоконтроль						
<b>II. <u>Ориентационные качества:</u></b> 2.1. Самооценка 2.2. Интерес к занятиям в детском объединении						
<b>III. <u>Поведенческие качества:</u></b> 3.1. Конфликтность 3.2. Тип сотрудничества						

Карта заполняется два раза в год – в начале и в конце учебного года. При необходимости это можно делать чаще, для чего можно ввести дополнительные графы.

Полученные срезы позволяют последовательно фиксировать поэтапный процесс изменения личности каждого ребенка, а также планировать темп индивидуального развития.

К оценке перечисленных в карте личностных качеств может привлекаться сам обучающийся. Это позволит, во-первых, соотнести его мнение о себе с теми представлениями окружающих людей; во-вторых, наглядно показать ребенку, какие у него есть резервы для самосовершенствования.

«Карта творческих достижений учащегося» и «Карта учета результатов личностного развития учащегося» разработаны на основе мониторинга результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе, мониторинга личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы, индивидуальной карточке учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе (автор Каргина З.А.), с учетом вида деятельности коллектива (хореография), мониторинга коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС),

Карты позволяют вести поэтапную систему контроля за обучением учащихся, отслеживать динамику образовательных результатов, формирования предметной, коммуникативной компетенции и компетенции личностного самосовершенствования учащихся.