МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

Принята на заседании
педагогического совета ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

от «31» 08 2026г.
Протокол № 01

Утверждаю
Директор ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

_____ Боярский Д.В.
«31» 08 2026г.

Приказ №167 от 31 августа 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности

«В гостях у Терпсихоры»

Возраст учащихся: 4,5 - 18 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель: педагог
дополнительного
образования
Гурковская Ю.В.

Астрахань,
2026г.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
УЧЕБНЫЙ ПЛАН
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
ГЛОССАРИЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений.

Для выражения эмоций и чувств, ожиданий и надежд, наши древние предки использовали ритмичные ритуальные пляски. По мере развития самого человека и социальной среды, его окружавшей, появлялось все больше различных танцев, становившихся все более сложными и изысканными. Сегодня даже специалисты не смогут указать название видов танцев - всех, исполняемых людьми на протяжении веков. Однако танцевальная культура, пройдя через столетия, активно развивается. На основе народных и классических появляются новые и современные стили и направления.

Учитывая современные предпочтения учащихся, социальный заказ родителей, была разработана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» по эстрадно-спортивному танцу «В гостях у Терпсихоры».

Эстрадно-спортивный танец – это совмещение современного эстрадного танца со спортивными элементами. Всевозможные махи ногами, эффектные гимнастические движения (повороты, прыжки, взлеты), различные группы сложности по акробатике и пластике гармонично сочетаются с резкими наклонами, приседами, координационными связками.

Цель программы - развитие творческих способностей учащихся через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения языку танца, приобщение учащихся к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

образовательные:

- получение учащимися необходимой теоретической информации в области хореографии (лексика, стили танца)
- знакомство с историей возникновения, отличительными особенностями, разновидностями танца;
- обучение навыкам танцевального мастерства, основам хореографии, эмоциональной подачи танца;

развивающие:

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата учащегося;
- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация учащихся в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;
- снятие мышечных «зажимов» и психологического процесса торможения средствами танца; выработка баланса в системе «возбуждение-торможение»;

воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитание эстетического, художественного вкуса;
- формирование этических норм поведения, культуры поведения, эмоциональной отзывчивости, навыков и привычек морального поведения;
- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения;
- воспитание толерантности;
- воспитание чувства патриотизма.

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребёнка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе;
- социальными интересами учащихся, желающих заниматься эстрадно-спортивными танцами.

Отличительной особенностью программы «В гостях у Терпсихоры» является синтез спорта и эстрадного танца (расширение границ эстрадного танца, введением как составной части - спортивных элементов). Программа также включает обязательные блоки партерной гимнастики, ритмики, классического и народного танцев как основ любой хореографии. Программа доступна для детей всех возрастных категорий.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

Программа рассчитана на учащихся от 4,5 до 18 лет. Срок реализации программы – 5 лет.

Основная форма организации занятий - **групповая.** Образовательный процесс предполагает как теоретические, так и практические виды занятий.

Занятия с учащимися I года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа); II года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); III года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); IV года обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); V года обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Год обучения	**Количество учебных недель**	**Количество занятий в неделю**	**Количество занятий в год**	**Количество часов в неделю**	**Количество часов в год**		
					Всего	Теория	Практика
I	36	2	72	4	144	20	124
II	36	3	108	6	216	12	204
III	36	3	108	6	216	29	187
IV	36	3	108	6	216	24	192
V	36	3	108	6	216	24	192

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1.	Игроритмика.	20	4	16	Устный опрос, наблюдение, контрольный показ
2.	Игрогимнастика.	64	10	54	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
3.	Игротанцы.	12	2	10	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
4.	Танцевально-ритмическая пластика.	42	4	38	Наблюдение, практический показ, конкурс творческих заданий, анализ исполнения
5.	Постановочная работа	6	-	6	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, контрольный показ, открытое занятие
	ИТОГО:	**144**	**20**	**124**	

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1.	Ритмика.	42	2	40	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения, музыкальная викторина, устный опрос
2.	Игрогимнастика.	60	-	60	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения, конкурс творческих заданий
3.	ОФП и СФП. Акробатика	54	6	48	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
4.	Танцевальное искусство	32	4	28	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
5.	Танцевально-ритмическая пластика	20	-	20	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
6.	Постановочная работа	8	-	8	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, контрольный показ, открытое занятие
	ИТОГО:	**216**	**12**	**204**	

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1.	Партерная гимнастика	48	8	40	Устный опрос, практический показ, контрольный показ, анализ исполнения
2.	ОФП и СФП. АКРОБАТИКА	58	10	48	Наблюдение, практический показ, контрольный показ, анализ исполнения, устный опрос
3.	Основы классического танца	46	4	42	Устный опрос, наблюдение, практический показ, анализ исполнения
4.	Изучение танцевальных стилей	26	4	22	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, практический показ
5.	Постановочная работа	38	3	35	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, контрольный показ, открытое занятие
	ИТОГО:	**216**	**29**	**187**	

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1	Ритмика. Тренинг партерной гимнастики	34	4	30	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения, музыкальная викторина
2.	Элементы народного танца	28	4		Наблюдение, устный опрос, практический показ, анализ исполнения
3.	Изучение танцевальных стилей	24	3	21	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, практический показ, контрольное занятие
4.	Элементы общей физической подготовки и специальной физической подготовки (офп и сфп)	46	6	40	Наблюдение, практический показ, контрольный показ, анализ исполнения
5.	Основы эстрадно-спортивного танца	50	4	46	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения, устный опрос
6.	Постановочная работа	34	3	31	Наблюдение, показ танцевальных элементов на заданную тему, контрольный показ, открытое занятие
	ИТОГО:	**216**	**24**	**192**	

V ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1.	Ритмика. Тренинг партерной гимнастики	26	4	22	Наблюдение, контрольный показ, анализ исполнения, музыкальная викторина
2.	Элементы народного танца	46	6	40	Наблюдение, практический показ, контрольный показ, анализ исполнения
3.	Элементы общей физической подготовки и специальной физической подготовки (офп и сфп)	58	6	52	Наблюдение, практический показ, контрольный показ, анализ исполнения
4.	Основы эстрадно-спортивного танца	44	4	40	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения, устный опрос
5.	Постановочная работа	42	4	38	Наблюдение, устный опрос, контрольный показ, открытое занятие
ИТОГО:		**216**	**24**	**192**	

СОДЕРЖАНИЕ
I ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. ИГРОРИТМИКА.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях и в Центре.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Знакомство с азбукой ритмики. «Радостные» поклоны. «От простого хлопка – к притопу» в игровых задачах-упражнениях. Хлопки в такт музыки. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Игры на определение музыкального темпа.

Различие динамики звука «громко-тихо». Выполнение упражнений под музыку. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счёт и через счёт, только на первый счёт. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

РАЗДЕЛ 2. ИГРОГИМНАСТИКА.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Основные составляющие ОФП и СФП. Изучение полуакробатических и акробатических элементов. Кувырок. Мост. Колесо. Шпагат.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Разучивание упражнений для шеи и туловища. Наклоны и повороты головы. Разучивание упражнений для рук и плечевого пояса. Разучивание упражнений для ног. Приседания и полуприседания. Изучение понятия: «обычная ходьба». Построение в шеренгу. Строевые упражнения. Группировки. Перекаты. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лёжа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Партерная гимнастика. Имитационные, образные упражнения. Комбинации упражнений в образно-двигательных действиях. Разучивание подготовительных упражнений для выполнения полуакробатического элемента «кувырок», «мост», «колесо», «шпагат». Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо/налево, переступая на носках, держась за опору. Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья.

РАЗДЕЛ 3. ИГРОТАНЦЫ.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Основы классического танца. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Танцевальные шаги.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Имитационные, образные упражнения. «Мы пойдем сначала вправо». «Хоровод».

РАЗДЕЛ 4. ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Освоение навыков ходьбы. Освоение навыков бега. Освоение навыков прыжков. Танцевально-ритмическая пластика. Музыкально-подвижные игры.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Закрепление понятия «обычная ходьба». Отработка ходьбы на носках, на пятках (на наружных сторонах стоп). Отработка ходьбы с разными положениями рук, в разных направлениях: по кругу, по прямой, змейкой; с высоким подниманием бедра. Закрепление понятия «обычный бег». Отработка бега на носках; сильно сгибая ноги назад (высоко поднимая колено); выбрасывая прямые ноги вперед. Отработка бега в разных направлениях: по кругу, по прямой, змейкой, с преодолением препятствий. Отработка прыжков на двух ногах; на одной ноге через линию, веревку (вперед-назад, вправо-влево, на месте, с продвижением). Отработка прыжков вверх из глубокого присед, на мягкое покрытие с разбега (высотой до 40 см). Отработка прыжков в длину с места (около 100 см); в длину с разбега (180-190 см); через скакалку (на двух ногах, с ног на ногу); через большой обруч. Ритмические танцы. «Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо». Специальные композиции и комплексы упражнений: «Мороженное», «На крутом берегу». «Найди своё место»,

«Мы – весёлые ребята». «Карлики и великаны», «Конкурс танца».

РАЗДЕЛ 5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Проучивание танцевальных «связок»: комбинирование изученных танцевальных элементов. Составление комбинаций, этюдов.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. РИТМИКА.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях и в Центре.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Разучивание поклона. Хореографический тренаж. Сильные и слабые доли такта. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Музыкальные размеры 2/4; 3/4; 4/4. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ходьба на каждый счёт и через счёт. Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт и другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трёхдольного музыкального размера.

РАЗДЕЛ 2. ИГРОГИМНАСТИКА.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Строевые приёмы «Становись!», «Разойдись» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим. Строевые приёмы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте, переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук на различное количество счётов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами положении стоя. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка», «палочка»), лежа на спине и на животе.

РАЗДЕЛ 3. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ. АКРОБАТИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Основные составляющие ОФП и СФП. Полуакробатика. Акробатика. Освоение навыков ходьбы. Изучение полуакробатических и акробатических элементов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Общеразвивающие упражнения. Комбинированные упражнения в стойках. Различные движения ногами в упоре, стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по-турецки». Прыжки на двух ногах; на одной ноге, с ноги на ногу. Отработка ходьбы с разными положениями рук, в разных направлениях: по кругу, по прямой, змейкой; с высоким подниманием бедра. Отработка бега на носках; сильно сгибая ноги назад (высоко поднимая колено); выбрасывая прямые ноги вперед. Разучивание подготовительных упражнений для выполнения полуакробатического элемента «мост». Разучивание подготовительных упражнений для выполнения полуакробатического элемента «кувырок с прямыми ногами». Разучивание подготовительных упражнений для выполнения полуакробатического элемента «правый и левый шпагаты». Разучивание подготовительных упражнений для выполнения полуакробатического элемента «переворот». Акробатические упражнения. Акробатические комбинации из пройденных упражнений.

РАЗДЕЛ 4. ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ИСКУССТВО

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Основы классического, русского народного танцев.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья, пятая. Танцевальные позиции рук. Port des bras. Танцевальные шаги. Шаг голопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг-припадание. «Елочка», «гармошка», «ковырялочка». Комбинации из изученных танцевальных шагов. «Русский хоровод».

РАЗДЕЛ 5. ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Упражнения «Зарядка», «Слоненок». Специальные упражнения

для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Игры на определение динамики и характера музыкального произведения. «День – ночь», «Море волнуется раз».

РАЗДЕЛ 6. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Проучивание танцевальных «связок»: комбинирование изученных танцевальных элементов. Составление комбинаций, этюдов.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях и в Центре. Техника работы с мышцами брюшного пресса, туловища, ног и рук.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Общая разминка. Тренинг партерной гимнастики. Комплекс упражнений в исходном положении сидя и лежа для: мышц ног, мышц туловища, мышц брюшного пресса, мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений сидя, стоя на коленях, стойка «ноги врозь», лежа на спине, лежа на животе. Общая разминка. Тренинг партерной гимнастики. Разминка – бег, прыжки. Комплекс упражнений на полу. Разминка – бег, прыжки, комплекс упражнений на полу. Стрейчинг.

РАЗДЕЛ 2. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ. АКРОБАТИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. ОФП, СФП, стрейчинг – растягивание. Влияние СФП и ОФП на организм человека.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Подготовительные упражнения, силовые упражнения, упражнения на гибкость. Обучение акробатическим элементам: кувырки, колеса, переворот вперед, переворот назад. Фиксация выпадов на время. Переход через 2 позицию с левой на правую ногу и обратно. Выполнение всех растягивающих движений для ног, заканчивая махами. Махи вперед, в сторону, назад, мах в кольцо. Общие и специальные подготовительные упражнения: бег, прыжки, лазанье, подвижные спортивные игры. Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимание рук вперед, вверх, в стороны. Сгибание и разгибание рук в разном темпе в различных исходных положениях. Упражнения для шеи и туловища. Наклоны и повороты головы. Гимнастическая осанка и стиль выполнения упражнений с прямыми и согнутыми ногами, оттянутыми стопами и с носками на себя. Движение, развивающее пластику, чувство ритма, музыкальность. Упражнения на гибкость, шпагаты и мосты, навыки поворотов с сохранением устойчивости, прыжки и приземления. Специальная физическая подготовка, танцевальная разминка, элементы акробатики.

РАЗДЕЛ 3.ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Классический танец – одно из выразительных средств современного балета. Знакомство с терминологией классического танца.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Классический танец: постановка корпуса, ног, рук и головы, отработка навыков, координации движений. Изучение прыжков и поз классического танца, экзерсис у станка, на середине зала на пальцах. Овладение техникой вращения. Пируэт на одной ноге на 360 градусов. Подготовка движений для выполнения шпагатов (на левую, правую ноги и поперечный шпагат). Постановка корпуса, ног, рук и головы, отработка навыков координации движений. Изучение прыжков и поз классического танца, экзерсис у станка, на середине зала на пальцах. Позиции ног и рук. Классический экзерсис у станка: BATTEMENT TENDU в сторону, DEMI-PLIE в I, II, III позициях. Понятие вытягивания пальцев. DEMI-PLIE, BATTEMENT TENDU вперед, PASSE PAR TERRE. ROND DE JAMBE PAR TERRE EN DEHORS, DOUBLE BATTEMENT TENDU в сторону. BATTEMENT TENDU JETE вперед. Положение ног SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади, обхватное).

РАЗДЕЛ 4. ИЗУЧЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Знакомство с разнообразным хореографическим материалом народов мира. Простейшие элементы русского танца. Знакомство с элементами современного танца.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Русский танец: основные положения рук, ног. Основные движения: переменный ход вперед, переменный ход назад, русский ход с каблука (движения для мальчиков), гармошка, припадание, моталочка, ход с подскоком и ударом носка, веревочка, веревочка с шагом на каблук, ковырялочка, ключ, дробный ход. Прыжки и вращения современного танца: па польки; шаг «галопа»; «колесо»; затяжной прыжок; прыжки с поворотом на 180 градусов. temps leve sauté; прыжки с поворотом на 360 градусов; прыжки с поджатыми ногами; прыжки с разножкой;подготовка к вращению (шене).

РАЗДЕЛ 5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Правила поведения за кулисами и на сцене. Выявление драматургии (содержания танца), текст, движения, поза, жестикуляция, мимика. Ритмическая окраска танца.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Разминка специальная, разминка танцевальная, растягивание. Танцевальные блоки композиции, элементы акробатики. Отработка текста танца (движение, позы), жестикуляция, мимика. Овладение ритмической окраской танца и способами музыкального наполнения. Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных композиций, музыкальных хореографических миниатюр. Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. РИТМИКА. ТРЕНИНГ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях и в Центре. Терминология изучаемых упражнений, алгоритм выполнения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Упражнения с различными исходными положениями с двумя и тремя вариантами движений, заключительным бегом и различными вариантами прыжков. Упражнения на восстановление дыхания. Упражнений с двумя вариантами исполнений, включая дополнительно упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса, туловища, живота, спины, таза, ягодиц. Тренинг упражнений партерной гимнастики. Комплекс упражнений общего воздействия, медленная ходьба. Изучение акробатических элементов: мостик (на двух и одной руке), кувырок (вперед и назад), свечка, переворот вперед и назад.

РАЗДЕЛ 2. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Терминология и движения русского, украинского, белорусского народных танцев. История костюмов. Самобытные особенности русского народного танца Астраханской области.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Русский народный танец: примеры движений рук для мальчиков и девочек. Основные движения в русском танце: хлопушка (движения для мальчиков): шаги с хлопками; хлопушки по голенищу сапога и возле колена, концовка с хлопушками, присядка, присядка с продвижением в сторону, присядка с хлопушкой, присядка с ковырялочкой, мелкий дробный ход, мелкая дробь с притопом, дробь с подскоком. Кадриль (темп быстрый), примерная композиция для восьми пар, фигуры 1,2,3. Украинский танец: выхилясник с угинанием (для девочек), большой тынок (для мальчиков), голубцы (низкий). Белорусский танец: крыжачок, лявониха.

РАЗДЕЛ 3. ИЗУЧЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Терминология и движения русского, украинского, белорусского народных танцев. История костюмов. Самобытные особенности русского народного танца Астраханской области.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Русский народный танец: примеры движений рук для мальчиков и девочек. Основные движения в русском танце: хлопушка (движения для мальчиков): шаги с хлопками; хлопушки по голенищу сапога и возле колена, концовка с хлопушками, присядка, присядка с продвижением в сторону, присядка с хлопушкой, присядка с ковырялочкой, мелкий дробный ход, мелкая дробь с притопом, дробь с подскоком. Кадриль (темп быстрый), примерная композиция для восьми пар, фигуры 1,2,3. Украинский танец: выхилясник с угинанием (для девочек), большой тынок (для мальчиков), голубцы (низкий). Белорусский танец: крыжачок, лявониха.

РАЗДЕЛ 4. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ. АКРОБАТИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Средства СФП и ОФП. Элементы, соединения и комбинации. Ориентировка в пространстве и во времени в степени мышечного напряжения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Общие подготовительные упражнения: бег, прыжки, подвижные спортивные игры. Гимнастическая осанка и стиль выполнения упражнения с прямыми и согнутыми ногами, оттянутыми носками. СФП: упражнения в статике, силовые упражнения, упражнения на гибкость, скоростно-силовые упражнения (волны, взмахи, равновесия, прыжки, шпагаты, мосты и т.д.). Акробатические элементы: кувырок (вперед, назад), переворот (вперед, назад) на двух, одной руке, прыжки в шпагат в воздухе, стойки в воздухе.

РАЗДЕЛ 5. ОСНОВЫ ЭСТРАДНО-СПОРТИВНОГО ТАНЦА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Техника безопасности при выполнении танцевальных элементов. Терминология, алгоритм выполнения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Амплитудное качественное выполнение акробатических элементов по схеме от простого к сложному. Обязательные элементы ДАНС-программы: пируэты, шпагаты, прыжки, махи, перевороты на двух и одной руке, стойка-мост, парные упражнения, перекаты на спине, на животе. Отработка изучаемых элементов с высокой амплитудой и фиксацией тела. Изуче-

ние направления джаз-аэробики, рок-аэробики, брейк-аэробики и т.д.

РАЗДЕЛ 6. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Хореографический образ и его эмоциональная окраска. Связь движения с музыкой. Выбор темы, составление композиционного плана в соответствии с музыкальным сопровождением. Рисунок танца, подбор выразительных средств (мимика, жесты, костюмы). Законы пространства сцены, принципы идентификации.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Отработка танцевальных номеров: «Дорога на Берлин», «Маша и медведь», «Индийский танец», «Мое второе Я», «Цветы востока».

V ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. РИТМИКА. ТРЕНИНГ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях и в Центре. Терминология изучаемых упражнений, алгоритм выполнения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Упражнения с различными исходными положениями с двумя и тремя вариантами движений, заключительным бегом и различными вариантами прыжков. Упражнения на восстановление дыхания. Упражнений с двумя вариантами исполнений, включая дополнительно упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса, туловища, живота, спины, таза, ягодиц. Тренинг упражнений партерной гимнастики. Комплекс упражнений общего воздействия, медленная ходьба. Комплекс упражнений на полу.

РАЗДЕЛ 2. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Терминология и движения русского, украинского, белорусского, татарского, цыганского танцев. История костюмов. Самобытные особенности русского народных танцев Астраханской области. Их отличие от стандартных вариантов русских плясок.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. **Русский народный танец.** Повтор изученных ранее элементов. Выполнение экзерсиса, повторение его элементов на середине зала. Изучение различных видов вращений; сложных дробей для девочек, прыжков с растяжкой и трюковых элементов для мальчиков. Постановка кадрили, хоровода, перепляса и массовых плясок. Изучение движений русского народного танца астраханского региона. **Украинский танец**. Повтор изученных ранее элементов. Различных виды вращений для девочек. Движения «ползунок», «мельница», «метелочка», «подсечка», «растяжка», «разножка – для мальчиков». **Белорусский танец.** Повтор изученных ранее элементов. Изучение элементов движений танцев «Бульба», «Полька - Янка», «Толкачики» и др.: подскоки с тройным переступанием на месте, подскоки по шестой позиции, различные виды польки с поворотами, перескоки из стороны в сторону. **Татарский танец.** Положения рук (для девушек и юношей), основные движения татарского танца (первый ход, основной ход, большой шаг, пятка – носок, елочка и т.д.). **Цыганский танец.** Движения рук для девушек, вибрация плеч, в движениях юношей - чечетка, хлопушка, прыжки.

РАЗДЕЛ 3. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ. АКРОБАТИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Средства СФП и ОФП. Элементы, соединения и комбинации. Ориентировка в пространстве и во времени в степени мышечного напряжения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Общие подготовительные упражнения: бег, прыжки, подвижные спортивные игры. Гимнастическая осанка и стиль выполнения упражнения с прямыми и согнутыми ногами, оттянутыми носками. СФП: упражнения в статике, силовые упражнения, упражнения на гибкость, скоростно-силовые упражнения (волны, взмахи, равновесия, прыжки, шпагаты, мосты и т.д.). Акробатические элементы: кувырок (вперед, назад), переворот (вперед, назад) на двух, одной руке, прыжки в шпагат в воздухе, стойки в воздухе.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ЭСТРАДНО-СПОРТИВНОГО ТАНЦА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Техника безопасности при выполнении танцевальных элементов. Терминология, алгоритм выполнения.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Амплитудное качественное выполнение акробатических элементов по схеме от простого к сложному. Обязательные элементы: пируэты, шпагаты, прыжки, махи. Отработка изучаемых элементов с высокой амплитудой и фиксацией тела. Изучение направления джаз-аэробики, рок-аэробики, брейк-аэробики и т.д. Пируэты на 360 и 720 градусов. Отработка шпагата (фиксированное положение 1-2 мин.).

РАЗДЕЛ 5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Хореографический образ и его эмоциональная окраска. Связь движения с музыкой. Выбор темы, составление композиционного плана в соответствии с музыкальным сопровождением. Рисунок танца, подбор выразительных средств (мимика, жесты, костю-

мы). Законы пространства сцены, принципы идентификации.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Отработка танцевальных номеров: «Дорога на Берлин», «Маша и медведь», «Индийский танец», «Мое второе Я», «Цветы востока».

ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Данный раздел программы:

1. 1. Обеспечивает связь между требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, компетентностным подходом в образовании, с учётом которых была составлена программа, образовательной деятельностью и системой оценки результатов освоения образовательной программы.
2. 2. Уточняет и конкретизирует общее понимание всех планируемых результатов.
3. Является содержательной и критериальной основой для системы оценки качества освоения учащимися программного материала.

В структуре планируемых результатов дополнительной общеразвивающей программы выделяются следующие уровни:

1. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта.

Новые федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) – возможность перейти на более высокий уровень образования за счет обеспечения его непрерывности как по вертикали (соответствие и взаимосвязь содержания образования и методов работы специфическим особенностям обучающихся на разных возрастных этапах развития), так и по горизонтали (интеграция разных типов образования, обеспечивающая необходимый уровень и широту образовательной подготовки на определенном этапе развития ребенка). Главный механизм построения системы непрерывного образования в рамках сферы культуры, созданной обществом к данному моменту человеческого развития соединение и развитие возможностей общего, дополнительного и профессионального образования, сохранение всего лучшего и развитие на его основе новых интегративных возможностей. При этом стандарты общего и профессионального образования должны быть не только преемственны, но и дополняться возможным и доступным спектром дополнительного образования, которое в идеале должно перекрыть все поле культурного наследия за пределами областей знаний, определенных стандартами.

Главный принцип ФГОС общего образования – принцип вариативности образования, предполагающий создание «личных пространств» на основе выбора. Инновации стандартов могут быть обеспечены только в процессе интеграции общего, дополнительного и профессионального образования, соединения обязательного (стандарта) и желательного (социального заказа).

Одной из главных особенностей новых стандартов является то, что к числу планируемых результатов освоения основной образовательной программы отнесены личностные, метапредметные и предметные результаты, достижение которых становится возможным только при обеспечении единства урочной и внеурочной деятельности, доступности содержания общеобразовательных дисциплин и произведений искусства, периодической литературы, публикаций, радио и телепередач, отражающих современную жизнь; духовной культуры и фольклора народов России; истории, традиций и современной жизни своей Родины, своего края, своей семьи; жизненного опыта родителей; общественно полезной и личностно значимой деятельности в рамках педагогически организованных социальных и культурных практик; других источников информации и научного знания.

Чтобы встроиться в новую систему отношений, соответствовать новым требованиям стандарта дополнительное образование должно создавать новые возможности обеспечения преемственности образования; условия для достижения обучающимися предусмотренных ФГОС результатов.

С учетом требований ФГОС содержание общеразвивающей образовательной программы направлено на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, (отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся), ***ВКЛЮЧАЮТ*** три блока:

- *самоопределение* - сформированность внутренней позиции учащегося - принятие и освоение новой социальной роли учащегося; становление основ российской гражданской идентичности личности как чувства гордости за свою Родину, народ, историю и осознание своей этнической принадлежности; развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;

- *смыслоообразование* - поиск и установление личностного смысла (т. е. «значения для себя») учения обучающимися на основе устойчивой системы учебно познавательных и социальных мотивов; понимания границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю» и стремления к преодолению этого разрыва; способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении; умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;
- *морально этическая ориентация* - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости; способность к моральной децентрации - учёту позиций, мотивов и интересов участников моральной дилеммы при её разрешении; развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ (характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности***), ОТРАЖАЮЩИЕ:***

– умение самостоятельно определять цели и составлять планы, осознавая приоритетные и второстепенные задачи, использовать различные ресурсы для достижения целей; выбирать успешные стратегии в трудных ситуациях;

– умение продуктивно общаться и взаимодействовать с коллегами по совместной деятельности, учитывать позиции другого, эффективно разрешать конфликты;

– владение навыками познавательной деятельности; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;

– готовность и способность к самостоятельной и ответственной информационной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

– умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

– владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме;

– владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, включающие освоенные учащимися в ходе изучения предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках предмета, его преобразованию и применению в различных ситуациях; владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания (учащиеся должны знать)	**Умения (учащиеся должны уметь)**
• Технику безопасности на занятиях и в Центре. • Алгоритм выполнения упражнений и элементов. • Основные позиции ног и рук классического танца	• Определять музыкальный темп. • Выполнять простейшие движения руками и ногами в различном темпе под музыку. • Выполнять изученные полуакробатические элементы.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания (учащиеся должны знать)	**Умения (учащиеся должны уметь)**
• Технику безопасности на занятиях и в Центре. • Музыкальные размеры 2/4; 3/4; 4/4. • Алгоритм выполнения упражнений и элементов.	• Ориентироваться в зале. • Выполнять простейшие перестроения. • Выполнять изученные полуакробатические элементы (кувырок, мост, колесо, шпагат). • Исполнять шаги русского танца. • Выполнять упражнения ОФП и СФП.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания (учащиеся должны знать)	**Умения (учащиеся должны уметь)**
• Технику безопасности на занятиях и в Центре. • Правила поведения за кулисами и на сцене. • Алгоритм выполнения упражнений и элементов. • Терминологию классического танца.	• Выполнять упражнения ОФП и СФП. • Выполнять комплекс упражнений партерной гимнастики • Выполнять элементы классического танца, владеть техникой вращения. • Выполнять элементы русского народного, современного танцев.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания (учащиеся должны знать)	**Умения (учащиеся должны уметь)**
• Технику безопасности на занятиях и в Центре. • Правила поведения за кулисами и на сцене. • Алгоритм выполнения упражнений и элементов. • Терминологию танцев.	• Выполнять упражнения ОФП и СФП. • Выполнять комплекс упражнений партерной гимнастики • Выполнять элементы классического танца, владеть техникой вращения. • Выполнять элементы русского народного, украинского, белорусского, современного танцев. • Импровизировать

V ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания **(учащиеся должны знать)**	**Умения** **(учащиеся должны уметь)**
• Технику безопасности на занятиях и в Центре. • Правила поведения за кулисами и на сцене. • Алгоритм выполнения упражнений и элементов. • Терминологию танцев.	• Выполнять упражнения ОФП и СФП. • Выполнять комплекс упражнений партерной гимнастики • Выполнять элементы классического танца, владеть техникой вращения. • Качественно амплитудно выполнение все обязательные элементы эстрадно-спортивного танца: пируэты, шпагаты, прыжки, махи. • Выполнять элементы русского народного, украинского, белорусского, татарского, цыганского. • Импровизировать

2. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом компетентностного подхода в образовании.

Предпосылками возникновения новой формы оценивания результативности процесса обучения послужила концепция модернизации образования. В последние годы повышение качества образования достигается за счет общепредметного содержания как компонента образовательного стандарта. Дополнительное образование в данном случае не является исключением и, несмотря на то, что до сих пор не является регламентированным, должно содержать стандарты, характеризующиеся основными элементами общепредметного содержания образовательных стандартов: реальностью объектов изучаемой деятельности, общекультурным содержанием образования, общеучебными умениями, навыками, способами деятельности и образовательными компетенциями. Именно компетентностный подход акцентирует внимание на результате образования и является решением появившегося противоречия между необходимостью обеспечения современного качества образования и невозможностью решить эту задачу традиционным путем из-за увеличения объема информации, подлежащей усвоению.

Дополнительное образование не в состоянии сформировать уровень компетентности своих учащихся, достаточный для эффективного решения проблем во всех сферах деятельности и во всех конкретных ситуациях. Тем более в условиях быстро меняющегося общества, в котором появляются новые сферы деятельности и новые ситуации. Цель дополнительного образования – формирование ключевых компетенций.

Компетентностный подход в дополнительном образовании является отражением потребности общества в подготовке учащихся, которые обладают не только определенными знаниями, но и сформированными умениями применять полученные знания для решения определенных задач в различных условиях.

Компетенция – заранее заданное социальное требование (норма) к образовательной подготовке учащегося, необходимой для его эффективной продуктивной деятельности в определенной сфере.

Компетентность – владение, обладание учащимся соответствующей компетенцией, включающее его личностное отношение к ней и предмету деятельности. Компетентность – уже состоявшееся качество личности (совокупность качеств) и минимальный опыт деятельности в заданной сфере.

Ценностным основанием выделения компетентностей и компетенций, безусловно, является ориентация на создание максимально благоприятных условий для саморазвития, самоопределения учащихся в образовательном процессе. Но следует учитывать, что для каждого возраста характерна своя система ценностей, которая проявляется в позициях, социальных ролях, значимых проблемах. Для каждого возраста характерно свое предметное содержание деятельности, круг познавательных задач и соответствующие им способы решения, освоение которых и обеспечивает достижение компетентностей учащихся.

Данная общеразвивающая образовательная программа направлена на развитие следующих ключевых компетенций учащихся: коммуникативной, социальной, креативной, познавательной, здоровьесберегающей, ценностно-смысловой и общекультурной. Эти компетенции (с определённой долей условности), исходя из содержания личностно-ориентированного образования, распределены в три группы компетентностей (классификация компетентностей по И.А. Зимней):

– компетентности, относящиеся к самому себе, как личности, как субъекту жизнедеятельности;

– компетентности, относящиеся к взаимодействию человека с другими людьми;

– компетентности, относящиеся к деятельности человека, проявляющиеся по всех типах и формах.

Формирование и развитие тех или иных ключевых компетенций осуществляется в определенной сфере жизнедеятельности. Каждая сфера имеет свои задачи, а ключевые компетенции, формируемые в той или иной сфере (области), – свои критерии, показатели, формы предъявления и формы отслеживания результативности:

1. Коммуникация как система коммуникационного взаимодействия общества и индивида и **коммуникативные, ценнностно-смысловые и общекультурные компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного освоения социальных ролей; самоутверждения, проявления толерантности и уважительного отношения к другим.

Критерии эффективности:

- культура общения;
- воспитанность;
- способность сдерживать негативные эмоции;
- позитивное отношение к жизни;
- уважение к культуре и традициям других;
- правильная письменная и устная речь;
- способность к самообразованию, свободному ориентированию в знаниях на межпредметном уровнях.

Формы предъявления: тренинговые занятия на развитие коммуникативных навыков, навыков взаимодействия, навыков делового общения; проведение и привлечение к организации профильных мероприятий, мастер-классов, индивидуальных занятий с группами первого года обучения (более младших ступеней).

2. Социум как пространство усвоения и последующего активного воспроизводства индивидом социального опыта и **социальные (социально-трудовые, гражданско-правовые) компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного развития у учащихся социальной активности; способности к согласованию своих творческих идей и планов; способности использовать потенциал социальной среды для своего развития.

Критерии эффективности:

- эффективное трудовое, правовое взаимодействие с разными слоями населения, группами лиц;
- уверенность в информационном пространстве;
- успешное освоение той или иной предметной деятельности;
- оценочное отношение к себе, к людям, к миру, к деятельности.

Формы предъявления: организация мероприятий, требующих разрешения возникших проблем; максимальное приближение предмета деятельности к социуму (к дому, семье, школе, району и т.д.).

3. Здоровьесбережение как овладение учащимися культурой здорового образа жизни и **здоровьесберегающие и ценностно-смысловые компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного освоения учащимися норм здорового образа жизни; экологической безопасности; безопасности жизнедеятельности.

Критерии эффективности:

- соблюдение норм техники безопасности жизнедеятельности;
- соотнесение собственных идей, разработок, проектов с нормами экологической безопасности;
- отсутствие вредных привычек.

Формы предъявления: активный образ жизни; проведение мероприятий по профилактике негативных проявлений в подростковой среде; правовое и экологическое просвещение.

4. Творчество и познание как система развития творческих и познавательных способностей в предметной деятельности и **креативные и познавательные (интеллектуальные, информационные) компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного развития у учащихся критического и креативного мышления; развитие мотивации к самостоятельной деятельности, к проявлению инициативы; применение знаний, умений и навыков в любой сфере жизнедеятельности.

Критерии эффективности:

- индивидуальность;
- информированность;
- креативность (оригинальность, гибкость и т.д.);
- профессиональное самоопределение.

Формы предъявления: организация самостоятельной работы с информационными ресурсами; проведение персональных выставок творческих работ учащихся; формирование индивидуальных портфолио.

5. Культура досуга как организация свободного времени учащихся, обретение ими опыта са-

моорганизации собственной жизни и **ценностно-смысловые и общекультурные компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для ориентации в современной социокультурной среде; развитие мотивации к полезному, общественно и личностно-значимому использованию свободного времени; формирование способности реализации полученных знаний, умений и навыков в текущей жизни.

Критерии эффективности:

– адаптированность в социокультурной среде, умение сделать правильный выбор и противостоять негативу;

– способность воспринимать и накапливать эстетические впечатления от общения с высоким искусством;

– знание национальных, культурных традиций и применение их в жизни

Формы предъявления: организация и привлечение к организации культурно-досуговых мероприятий; проведение общественно-значимых акций; формирование индивидуального стиля свободного времяпрепровождения с ориентацией на развитие собственной индивидуальности и принесения пользы обществу.

3. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере образования (далее – Концепция) разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», на основе ежегодных посланий Президента России Федеральному собранию Российской Федерации.

Концепция является методологической основой разработки и реализации федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

Концепция представляет собой ценностно-нормативную основу взаимодействия общеобразовательных учреждений с другими субъектами социализации – семьёй, общественными организациями, религиозными объединениями, учреждениями дополнительного образования, культуры и спорта, средствами массовой информации. Целью этого взаимодействия является совместное обеспечение условий для духовно-нравственного развития и воспитания учащихся.

Концепция определяет:

- характер современного национального воспитательного идеала;
- цели и задачи духовно-нравственного развития и воспитания детей и молодежи;
- систему базовых национальных ценностей, на основе которых возможна духовно-нравственная консолидация многонационального народа Российской Федерации;
- основные социально-педагогические условия и принципы духовно-нравственного развития и воспитания учащихся.

Общеобразовательные учреждения должны воспитывать гражданина и патриота, раскрывать способности и таланты молодых россиян, готовить их к жизни в высокотехнологичном конкурентном мире. При этом образовательные учреждения должны постоянно взаимодействовать и сотрудничать с семьями учащихся, другими субъектами социализации, опираясь на национальные традиции.

Духовно-нравственное воспитание ориентировано на достижение определённого идеала, т. е. образа человека, имеющего приоритетное значение для общества в конкретно-исторических социокультурных условиях.

Современный национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Общеразвивающая образовательная программа ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» с учетом

Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России нацелена на воспитание у учащихся базовых национальных ценностей, хранимых в социально-исторических, культурных, семейных традициях многонационального народа России, передаваемых от поколения к поколению и обеспечивающих успешное развитие страны в современных условиях:

- патриотизма (любовь к России, к своему народу, к своей малой Родине, служение Отечеству);

- социальной солидарности (свобода личная и национальная, доверие к людям, институтам государства и гражданского общества, справедливость, милосердие, честь, достоинство);
- гражданственности (служение Отечеству, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, поликультурный мир, свобода совести и вероисповедания);
- семьи (любовь и верность, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода);
- труда и творчества (уважение к труду, творчество и созидание, целеустремлённость и настойчивость);
- науки (ценность знания, стремление к истине, научная картина мира);
- традиционных российских религий (представления о вере, духовности, религиозной жизни человека, ценности религиозного мировоззрения, толерантности, формируемые на основе межконфессионального диалога);
- искусства и литературы (красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие, этическое развитие);
- природы (эволюция, родная земля, заповедная природа, планета Земля, экологическое сознание);
- человечества (мир во всем мире, многообразие культур и народов, прогресс человечества, международное сотрудничество).
- Каждая из базовых ценностей, педагогически определяемая как вопрос, превращается в воспитательную задачу. Для её решения, учащиеся вместе с педагогами, родителями, иными субъектами духовной, культурной, социальной жизни обращаются к содержанию:
- истории России, российских народов, своей семьи, рода;
- жизненного опыта своих родителей, предков;
- традиционных российских религий;
- произведений литературы и искусства, лучших образцов отечественной и мировой культуры;
- периодической литературы, СМИ, отражающих современную жизнь;
- фольклора народов России;
- общественно полезной и личностно значимой деятельности;
- учебных дисциплин;
- других источников информации и научного знания.

Для решения поставленных задач в ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» предусмотрена система воспитательных мероприятий (Таблица № 1), которая одновременно является фундаментальной основой для достижения учащимися личностных результатов и формирования ключевых компетенций. Воспитательные мероприятия проводятся педагогом ДО как во время учебных занятий согласно календарно-тематического планирования, так и вне сетки часов, отведенных на реализацию программного материала, и имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Таблица № 1

Направление воспитательной работы	Примерные формы работы, тематика	Примечание
1. Воспитание эстетической и этической культуры личности (формирование коммуникативной, ценностно-смысловой, общекультурной компетенций).	**1.** Этические диалоги: **-** «Давай-ка без обид»; - «Учимся взаимопониманию»; - «Эмоции со знаком +». **2.** Уроки доброты: **-** «Если добрый ты»; - «Ты, дружок, учись со школы этой азбуке добра»; - «От добра добра не ищут»; - «Дружба как фактор социализации». **3.** Этические беседы: – о толерантности, об уважении друг к другу, о дружбе и товариществе; – о личной ответственности каждого при выполнении групповых заданий; – «Как избегать конфликтных ситуаций»; – «О взаимовыручке и взаимопомощи» – о бережном отношении к природе, о значении охраны природы; – «Войди в музей, как в храм»; – об охране памятников архитектуры и истории; – «Семейные традиции»; – «Природа и я – одна семья»; – «Самооценка, самоконтроль, самовоспитание». **4.** Посещение театров, музеев, выставок города. **5.** Встречи с поэтами, композиторами, художниками.	Формы воспитательной работы вариативны, количество воспитательных мероприятий определяется каждым педагогом ДО индивидуально. Проводимые мероприятия фиксируются в журнале учета работы педагога дополнительного образования в разделе «Учёт массовых мероприятий с обучающимися».
2. Воспитание демократической и правовой культуры личности (формирование социальной компетенции).	**1.** Беседы: **-** «Путешествие в страну прав»; - «Права и обязанности учащихся Центра»; - «Конвенция о правах ребенка»; - «Мои права – моя свобода»; - «Конституция России о правах и обязанностях граждан». **2.** Деловые игры. **3.** Встречи с работниками правовых органов. **4.** Работа с материалами периодических изданий, ресурсами интернета.	

3.Воспитание экономической культуры, культуры труда (формирование социальной компетенции).	**1.** Уроки бережливости: - «Что значит быть экономным»; - «Планировать день – значит выиграть время»; - «Нужен ли мне органайзер?»; - «Бедность и богатство в жизни человека». **2.** Экономические игры: - «Бизнес и образование»; - «Бизнес-тренинг». **3.** Беседы: - «Деньги РФ и других государств мира»; - «Отношение к труду. Профессиональная этика»; - «Организованность в труде». **4.** Занятия-практикумы: - Экскурсии на предприятия города. - Встречи с людьми интересных профессий.	
4. Воспитание интеллектуальной культуры и развития творческой одаренности. (формирование познавательной, креативной компетенций).	**1.** Беседы: - «Любить свой край – значит знать его»; - «Природные богатства – источник знаний»; **2.** Интеллектуально-познавательные игры: - «Брейн-ринг»; - «Проверь себя»; - «Паутина знаний». **3.** Участие коллективов в культурно-массовых мероприятиях Центра, областных, международных конференциях, конкурсах и фестивалях.	
5. Воспитание физической культуры личности (формирование здоровьесберегающей и ценностно-смысловой компетенций).	**1.** Проведение физкультминуток и релаксации на занятиях ТО. **2.** Занятия по общей и специальной физической подготовке. **3.** Соревнования по различным видам туризма и ориентирования, экскурсии, учебно-тренировочные походы. **4.** Беседы: - «Значение тренировок и закаливания в жизни человека»; - «О значении здорового образа жизни»; - «В здоровом теле – здоровый дух»; - «Жизнь без алкоголя и табака»; - «О наркотиках с разных сторон»; - «Роль питания в ЗОЖ»; - «Что мы едим? Пищевые добавки	

	и здоровье»; - «Твори свое здоровье сам»; - «Спорт в семье».	
6.Воспитание культуры жизненного самоопределения личности, формирование гражданской позиции и патриотизма (формирование общекультурной и ценностно-смысловой компетенций).	**1.** Беседы: - «Мое настоящее»; - «Мое будущее»; - «Моя будущая профессия». **2.** Дискуссии: **-** «Что такое героизм?»; - «Что такое счастье?»; - «Цель и средства ее достижения»; - «Любовь как высшее человеческое чувство»; - «Что такое «спортивное поведение»? **3.** Уроки мужества: - «Мои родственники – участники Великой Отечественной войны»; - «Герои Отечественной войны – астраханцы»; - «Имена героев на карте города»; - «Никто не забыт». **4.** Экскурсии, походы по родному краю, знакомство с эстетическими и духовными ценностями России. **5.** Благоустройство Центра и учебных аудиторий. **6.** Вечера-встречи с выпускниками Центра.	

Формы и методы проверки результатов:

- Творческие постановочные работы (участие в фестивалях-конкурсах различного уровня).
- Постановка музыкально-танцевальных представлений, хореографических спектаклей, композиций для отчётных концертов творческих коллективов Центра, праздничных программ и культурно-массовых мероприятий.
- Контрольные открытые занятия, мастер-классы с целью реальной и объективной оценки знаний, навыков, умений за отчётный период времени.
- Проверочные задания.
- Индивидуальная контрольная сдача учебного материала педагогу.
- Метод педагогических наблюдений.

Мониторинг уровня достижения учащимися планируемых результатов фиксируется педагогом ДО в диагностической карте (Приложение № 1) 3 раза в год (сентябрь-входящая диагностика, январь - промежуточная, май - итоговая).

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

Для успешной работы по программе педагог должен разбираться в особенностях каждого возраста, умело, согласно возрастным особенностям, распределять физическую нагрузку, а при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы учитывать психологические особенности каждого возрастного периода.

Развитие двигательных функций ребенка - сложный процесс, который определяется, с одной стороны, поэтапным созреванием центральной нервной системы, а с другой - многообразными влияниями окружающей среды. Важную роль в этом процессе играет и генетическая программа развития. Современные нейропсихологии доказали, что для каждого этапа психического развития ребенка в первую очередь необходима готовность комплекса определенных мозговых образований к его обеспечению, но, с другой стороны, должна быть востребованность извне (от социального окружения), необходимость постоянного наращивания зрелости и силы того или иного психологического фактора. Если в окружении ребенка отсутствует эта востребованность, наблюдаются искажение и торможение психогенеза в разных вариантах, влекущие за собой вторичные функциональные нарушения на уровне мозга. Кроме того, доказано, что на ранних этапах онтогенеза социальная депривация приводит к дистрофии мозга на нейронном уровне. Это относится и к развитию двигательных функций ребенка. Следовательно, стимулировать двигательную активность ребенка надо с первых же дней его жизни, но делать это необходимо правильно: придерживаясь определенных законов развития движений, обусловленных развитием мозга.

Развитие и совершенствование движений начинается от головы, потом затрагивает верхние, а затем и нижние конечности. (Цефало-каузальный закон развития.) Координация двигательных навыков развивается по этому же принципу, поэтому контроль за положением головы формируется раньше, чем за положением ног. Развитие двигательных функций происходит от проксимального к дистальному направлению, т. е. движения частей тела, расположенных ближе к средней линии тела, совершенствуются раньше, чем движения более удаленных частей. (Проксимодистальный закон развития.) Например, контроль над положением и движением плеч устанавливается раньше, чем контроль над движениями пальцев рук. Эти принципы прямо влияют на методику работы с детьми по развитию (или коррекции) движений. Известно, что если у ребенка недостаточно развита крупная моторика, то и мелкая моторика в отдельности не может быть достаточно сформирована. Например, если во время рисования (или письма) у ребенка напряжена шея и «зажаты плечи», работа кисти рук и пальцев будет затруднена и, соответственно, пострадают результаты труда. Значит, прежде чем улучшать качество результата через тренировку мелкой моторики, необходимо «поработать» с крупной. «...Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объем информации, поступающий из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводит к нарушениям его регулирующей функции! (Ю. Эмановский).

Как показал многолетний опыт работы, дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Нужно отметить, что дети, занимающиеся хореографией, гораздо реже болеют, чем их сверстники. И если к тому же занятия ведутся грамотно, педагогически продуманно и заинтересованно, то обязательно вызывают у ребят положительные эмоции. Педагог же, конечно, должен контролировать двигательную нагрузку своих учащихся с учетом их индивидуальных особенностей, предупреждать случаи гипердинамии и перевозбужденности; активизировать тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Дети младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела, протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двига-

тельных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер. Задача педагога – воспитывать интерес, потребность в движение под музыку, побуждать детей выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки, развивать слуховое внимание, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально – игровым образом.

В возрасте 4 – 5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

Возрастные особенности детей 5 – 6 лет разрешают усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером. У детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми данного возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

У ребенка данного возраста созревают лобные доли мозга, благодаря чему ему удается управлять своими движениями, действием, поведением. Одновременно совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно - торможение. Задания, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему. Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Большое место в этом возрасте занимает игра - это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Возрастные особенности детей 6 – 7 лет позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности возраста позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Учащиеся способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений. Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. Педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Детям относительно легко даются ходьба, бег, прыжки, но они испытывают трудности при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. И опять же, именно в хореографии мы найдем большое количество упражнений для пальцев рук. Это, в частности, могут быть элементы среднеазиатских танцев и многие другие движения, которые являются одновременно мощным стимулирующим фактором развития и совершенствования речи в дошкольном возрасте. Деятельность скелетной мускулатуры в этот период имеет жизненно важное значение. Ведь известно, что у

растущего организма восстановление затраченной энергии характеризуется не только возвращением к исходному уровню, но и его превышением. Поэтому в результате хореографических упражнений происходит не трата, а приобретение энергии.

В возрасте 7-11 лет происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограниченно и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. На занятиях с детьми этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

В период 11-14 лет происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечнососудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению. Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым. Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается. Для этого возраста занятия могут проводиться 3 раза в неделю, продолжительностью до 1,5 часа. Происходит изучение более сложных движений, комбинаций, осуществляются более объемные постановочные работы.

15-18 лет в физиологическом отношении период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

С первых минут на занятиях по хореографии очень важно заинтересовать учащихся, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи. Заблуждаются те, кто полагает, что, собрав детей, можно сразу переходить к танцам. Сначала предстоит научить их красиво и осознанно двигаться под музыку, сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией возможно только при использовании открытых педагогикой ***ПРИНЦИПОВ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ.***

ПРИНЦИП ДОСТУПНОСТИ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим - определение посильных для него заданий. Например, у дошкольников весь костно-связочный аппарат еще слаб и находится в стадии развития, и, если нагрузки превысят допустимые нормы, то это может неблагоприятно повлиять на состояние здоровья учащегося. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося. Последовательность предполагает постановку перед ребенком и выполнение им все более трудных новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям, должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

ПРИНЦИП ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача педагога состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки ребенка.

Одним из основных условий доступности является ***ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ.*** Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

ПРИНЦИП СИСТЕМАТИЧНОСТИ - один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости. Учащийся должен знать, что каждое занятие обязательно, что пропускать можно только из-за болезни или если в семье какое-то непредвиденное событие. К сожалению, бывает так: сегодня малыш занимается, а завтра не хочет, недельку-другую пропустит и вновь приходит на занятия. Такая позиция совершенно недопустима. И дело даже не в том, что таким образом мы не добьемся больших результатов. Прежде всего, это вредно для самого учащегося. В процессе занятий у него должно выработаться понимание того, что любое дело нужно выполнять добросовестно и доводить до конца. Привычка бросать начатое на полдороги вообще свойственна детям. Некоторая рассредоточенность и склонность хвататься за новые занятия, не доводя до конца прежние дела, в дальнейшем обернутся несобранностью, которая будет мешать полноценной деятельности взрослого человека. Систематические занятия, в том числе и хореографией, дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ И АКТИВНОСТИ, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

ПРИНЦИП ПОВТОРЯЕМОСТИ МАТЕРИАЛА, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

ПРИНЦИП НАГЛЯДНОСТИ в обучении хореографии понимается как широкое взаимодей-

ствие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность - это безукоризненный практический показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному. Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления. Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Для того чтобы в работе сопутствовала удача, нужно, разобравшись в возрастных особенностях детей, с первых же дней наметить содержание занятий, найти соответствующие запросам и возможностям детей методические приемы. Организация занятий основам хореографии обеспечивается рядом ***МЕТОДИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ***, которые вызывают у детей желание творчества. Преподаватель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально-двигательного задания.

НАГЛЯДНЫЙ МЕТОД включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образцам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой приём;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

СЛОВЕСНЫЙ МЕТОД состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- объяснение,
- инструкция,
- лекция,
- беседа,
- анализ и обсуждение,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- приём раскладки хореографического па,
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации,
- приём словесной репрезентации образа хореографического движения.

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 ваших учащихся, но можно и убить их веру в себя. Для шести - семилетних ребят можно дать иногда только словесное задание, и они его воспримут, но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»,

- соревновательность и переплясность,
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор,
- комплексный приём обучения,
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений),
- фиксация отдельных этапов хореографических движений,
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений,
- приём пространственной ориентации,
- развитие основных пластических линий,
- музыкальное сопровождение танца как методический приём,
- хореографическая импровизация,
- приём художественного перевоплощения.

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 малышей, 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 вашим подопечным свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, несвязанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

МЕТОД ИЛЛЮСТРАТИВНОЙ НАГЛЯДНОСТИ. Занятие по хореографии с учащимися 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 видеофильмами. 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.

ИГРОВОЙ МЕТОД. Крупнейший ученый-педагог, доктор медицины П. Ф. Лесгафт еще в конце XIX века разработал теорию и методику подвижных игр. Подвижная игра определяется им как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. У детей четырех-шести лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше всё воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение учащихся. В одних случаях подбадривающее слово педагога вызовет положительные эмоции, в других - сдерживающее слово побуждает соотнести свое поведение с предъявляемыми требованиями.

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в содержание программы, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

ЦЕЛОСТНЫЙ ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ ТАНЦАМ МОЖНО УСЛОВНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ ЭТАПА:

- начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП ОБУЧЕНИЯ характеризуется созданием предварительного представления

об упражнении. На этом этапе педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а учащиеся пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. Показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при смотре. Объяснение должно быть образным и кратким, и с использованием терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у учащихся – они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции.

Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Ребенок впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, пока и объяснения) не было больших расхождений.

По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как учащийся понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простые прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приёмы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчленённый метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно использовать, выполняя движение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов.

При необходимости следует подобрать подводящие упражнения или, применяя подготовительные упражнения, создать основу для опробования изучаемого упражнения. Педагог, проводя занятие, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у учащихся особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовывать учащихся – только тогда обучение движению и танцу будет эффективным.

Успех начального этапа обучения зависит также от умелого и своевременного предупреждения и исправления ошибок. Это дополнительные и ненужные движения, несоразмерность мышечных усилий и излишняя напряженность основных мышечных групп, значительное отклонение от направления и амплитуды движений, искажение общего ритма упражнения. Данные ошибки являются характерными на стадии формирования умения. Исправлять ошибки необходимо, начиная с наиболее грубых. При удачном выполнении упражнения целесообразно повторить его несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

ЭТАП УГЛУБЛЕННОГО РАЗУЧИВАНИЯ УПРАЖНЕНИЯ характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Расчленение движения происходит только в случае уточнения его деталей. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом.

Процесс разучивания существенно ускоряется, если удается обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: выполнение упражнения перед зеркалом, исполнение звуковых ориентиров (хлопков, отражающих ритмическую характеристику упражнения, или специально подобранной музыки, музыкальный размер который способствует лучшему исполнению упражнения).

Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит и от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления – «идеомоторной тренировки». В этом случае обучающиеся создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

ЭТАП ЗАКРЕПЛЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом – соревновательный и игровой.

По мере многократного повторения упражнения двигательный навык формируется в основном варианте. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у учащихся, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным лишь тогда, когда учащиеся начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Сочинение любого танца требует специалиста – профессионала в своей области – балетмейстера. Балетмейстер – профессия творческая. Она требует от человека, выбравшего ее, очень многого: и знаний, и трудолюбия, и умения работать с людьми, и, конечно же, таланта. Профессия балетмейстера предполагает решение большого круга вопросов в процессе работы. Балетмейстер не только сочиняет хореографический текст, рисунок танца, т.е. создает композицию танца, но и, пользуясь всеми средствами хореографического искусства, стремится воплотить свой замысел в сценических образах, выразить определенные мысли и чувства. Он является идейно-творческим руководителем коллектива, создателем хореографического произведения.

С чего же начать постановку танцевального номера?

Приступая к созданию того или иного танца, руководитель должен, прежде всего, выбрать интересный сюжет.

Если создаётся народный танец, необходимо сохранить его народный колорит и в то же время подобрать такие формы и элементы движений, которые были бы доступны для исполнения детьми. Народный танец рекомендуется создавать с элементами игры.

Выбрав сюжет и определив характер танца, подбирают к нему музыкальное сопровождение. Замысел хореографического произведения, его содержание и настроение должны соответствовать музыке. Бывают случаи, когда неудачно подобранная музыка снижает качество хорошо задуманного танца. Лучше всего подбирать для постановки законченное музыкальное произведение. При этом не рекомендуется увлекаться большим количеством разнообразных мелодий, так как это лишает музыкальное сопровождение единого содержания, необходимого для танца.

Каждая постановка должна строиться по основным законам драматургии, иметь экспозицию, завязку, развитие танцевального действия, кульминацию и развязку.

После подготовительной работы постановщик приступает к созданию композиции танца его рисунка и подбора движений. При этом нужно следить за тем, чтобы начало музыкальной фразы совпадало с началом нового построения. Это не значит, что построения должны меняться на каждую музыкальную фразу. Их смена зависит от замысла руководителя.

Работая над подбором соответствующего музыкального сопровождения, над общей композицией, нужно представить себе будущий танец во всех его деталях: характер, развитие действия, отдельные построения, переходы, движения.

Каждый танец имеет определённую продолжительность. Так танец одного - двух исполнителей длится около 2-х. минут, четырёх - шести - 3-5 минут; массовый танец 5-6 минут. Это нужно помнить в процессе работы над созданием танца, так как «затянутый» танец утомляет зрителей и исполнителей, становится однообразным и неинтересным. Танец должен исполняться и смотреться на «одном дыхании», как интересный фильм.

Сегодня при сочинении или анализе хореографического произведения различают пять основных частей:

1. Экспозиция знакомит зрителей с действующими лицами, помогает им составить представление о характере героев. В ней намечается характер развития действия; с помощью особенностей костюма и декорационного оформления, стиля и манеры исполнения выявляются приметы времени. Становится понятным жанр танца - народно-характерный, фольклорный. Жанры танцев могут быть очень разнообразны, и экспозиция как бы настраивает зрителей на восприятие одного из них. Действие здесь может развиваться неторопливо, постепенно, а может динамично, активно. Длительность экспозиции зависит от той задачи, которую решает здесь хореограф, от музыкального материала.

2. Завязка. Название этой части говорит о том, что здесь завязывается - начинается действие: герои знакомятся друг с другом, между ними, либо между ними и какой-то третьей силой возникают конфликты. Хореографом сделаны в развитии сюжета первые шаги, которые впоследствии приведут к кульминации.

3. Ступени перед кульминацией - это та часть произведения, где развёртывается действие. Конфликт, черты которого определились в завязке, обретает напряжённость. Ступени перед кульминацией действия могут быть выстроены из нескольких эпизодов. Количество их и длительность, как правило, определяются динамикой развёртывания сюжета. От ступени к ступени она должна нарастать, подводя действие к кульминации. В этой части раскрываются разные стороны личности героев, выявляются основные направления развития их характеров, определяются линии их поведения.

4. Кульминация - наивысшая точка развития драматургии хореографического произведения. Это вершина музькально-хореографического действия, подготовленная экспозицией, завязкой и развитием действия. Здесь достигает наивысшего эмоционального накала динамика развития сюжета, взаимоотношения героев.

В бессюжетном хореографическом номере кульминация должна выявляться соответствующим пластическим решением, наиболее интересным рисунком танца, наиболее ярким хореографическим текстом, т. е. композицией танца. Кульминации обычно соответствует также наибольшая эмоциональная наполненность исполнения.

5.Развязка завершает действие. Развязка должна логически вытекать из всего хода танцевального действия, быть подготовленной им. Она должна завершить мысль, поставить ясную точку. Развязка может быть мгновенной, резко обрывающей действие и становящейся финалом произведения, либо, наоборот, постепенной. Та или иная форма развязки зависит от задачи, которую ставят перед произведением его авторы. Все части хореографического произведения органично связаны друг с другом, последующая вытекает из предыдущей, дополняя и развивая её. Знание законов драматургии помогает хореографу в работе над сочинением, а также при анализе уже созданного танца. Обычно любой по сложности танец или пляска усваиваются в процессе работы над ними в несколько этапов.

Первый этап, охватывающий одно - два занятия, представляет собой первоначальное знакомство с музыкой и движениями. Именно поэтому выразительность музыкального сопровождения и качество показа движения – основа дальнейшей успешной работы с детьми по усвоению предлагаемого материала. Если детям 3-4 летнего возраста достаточно, прослушав музыку, определить ее общий характер, настроение, то, активизируя мысли и чувства старших дошкольников, мы предлагаем более сложные задания. Ребенок должен уловить характер, жанр музыки, определить форму, предназначенного для танца музыкального сопровождения. Такие задания стимулируют мыслительную деятельность детей, побуждают к творчеству и ускоряет процесс работы над разучиванием

танца.

Более трудоемким и длительным по продолжительности является второй этап: разучивание танца и усвоение навыков для его качественного исполнения. Основу его составляют активная практическая деятельность самих детей. От педагога требуется создание особой творческой атмосферы, способствующей поддержанию интереса и желания детей добиться высоких результатов в решении поставленных перед ними задач. Дети включаются в выполнение заданий не только в процессе действия, но и тогда, когда они наблюдают, оценивают действия своих сверстников.

Заключительный этап работы над танцем представляет собой повторение, закрепление навыков движения. Задача обучения детей на этом этапе заключается в проверке качества усвоения материала, в определении тех трудностей выполнения заданий, которые возникли и выяснение причин затруднений. Основной критерий оценки качества выполненной работы – выразительное, согласованное исполнение детьми танцев, которые в таком законченном варианте могут быть исполнены на утренниках и развлечениях.

Детское творчество условно можно разделить на два вида «исполнительское» и «композиционное».

Детским исполнительским творчеством в танце называется выразительность, индивидуальная манера исполнения музыкально - пластических, танцевальных образов.

Детским «композиционным» творчеством в танце может называться - создание новых (т.е. неизвестных детям по обучению) музыкально - пластических, танцевальных образов, которые воплощаются посредством языка движений и оформляются в более или менее целостной танцевальной композиции. Показателями творчества здесь могут быть: удачный подбор движений, способствующий воплощению музыкально - пластического, танцевального образа. Своеобразие сочетаний, комбинирование известных движений, оригинальность в их варьировании и импровизация новой выразительной пластики, самостоятельно найденные ребенком особенности «рисунка» перемещения по площадке, определяемые характером исполняемого персонажа, ходом сюжета и соотнесенные с действиями партнера.

Обучение языку движений может быть эффективным только на основе полноценного музыкального материала. Музыка должна активизировать фантазию ребенка, направлять ее, побуждать к творчеству, движению, обладать оптимальной временной протяженностью (не слишком затянутой).

Чрезвычайно важно на занятиях воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятии, без которой не возможно становление и развитие творчества. Работая над постановкой танца, необходимо подбирать такие танцевальные движения, которые понятны детям, доступны для исполнения, как по своему содержанию, так и по характеру. Подбирая репертуар для коллектива, следует руководствоваться качеством музыкального сопровождения и обязательно возрастными особенностями и творческими возможностями детей. Главное, чтобы заложенные в танце мысли, воссозданные танцем реальные события жизни, волновали ребят, были близки их душевному миру.

Еще одним непреложным условием при обучении детей хореографии, является соответствие исполняемых танцев возрасту исполнителей. Подобранный материал должен соответствовать детской тематике. Очень часто, к сожалению, можно наблюдать как дети, исполняя «взрослые» эстрадные и другие танцы, слепо копируют манеру поведения и исполнения взрослых исполнителей, не понимая самой сути и образов танцевальных движений. А взрослые, умиляясь на них, радуются: «Ну, прямо как большие!» Немецкий филосов-идеалист Иммануил Кант предостерегал: «Предметы, которым обучают детей, должны подходить к их возрасту, иначе является опасность, что в них разовьется умничанье, модничанье, тщеславие». В конечном итоге, по большому счету, занятия хореографией направлены прежде всего на развитие интеллектуальных и творческих способностей детей, эстетического вкуса, на воспитание гармонично развитой личности.

ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ:

- ознакомительное (беседа, показ, просмотр, встреча или интервью с деятелем искусства);
- исполнительское (тематическое или предметное);
- творческое (импровизационное, сочинительское, игровое);
- комбинированное или комплексное.

В ходе ознакомительного занятия обучающиеся знакомятся с различными аспектами той или иной области, направления, вида искусства, являющегося предметом образовательной и творческой деятельности объединения. Например, с творчеством конкретного деятеля искусств, с направлением в искусстве (жанром, видом театрального, музыкального, изобразительного искусства), с особенностями конкретной исторической эпохи, отразившимися в истории искусства и т.д.

Показ (демонстрация, исполнение произведений искусства, сопровождаемое рассказом об этом произведении) проводится, как правило, самим педагогом и используется как вводное занятие при знакомстве с музыкальным и театральным репертуаром. При просмотре в роли исполнителя выступает другой профессиональный исполнитель или коллектив, педагог в таком случае выполняет роль комментатора в начале и после просмотра.

Наиболее часто используемой в ознакомительном занятии формой является беседа – целенаправленно организованной и содержательно продуманный диалог с ведущей ролью педагога на заранее запланированную тему (показ или просмотр могут стать составной частью беседы). Методика проведения беседы ориентирована на включение в разговор всей группы, то есть на полилог, а не на диалог с одним-двумя наиболее активными и заинтересованными детьми. Также в ходе беседы важно создать определённый «эмоциональный накал», транслируемый в первую очередь заинтересованной и эмоциональной позицией педагога. Результаты беседы должны использоваться в последующей работе и побуждать учащихся к самостоятельному поиску информации по данной теме.

В ходе исполнительского занятия главной решаемой задачей является развитие технических навыков и художественных способностей детей в исполнительской деятельности на разных этапах её развития.

Подобные занятия могут быть тематическими или предметными, проводиться в коллективной и индивидуальной форме. Методические приёмы, используемые педагогом, должны обеспечить соблюдение пропорций технической, тренинговой и исполнительски-творческой деятельности обучающихся в ходе занятия, создать эмоционально-образной настрой всех участников на совместную деятельность, обеспечить включение их в процесс занятия на каждом отрезке времени в сочетании и индивидуальным подходом к каждому ребёнку. Важно, чтобы в ходе занятия и после него педагог мог оценить деятельность обучающихся с точки зрения динамики изменения их исполнительского роста, а также, чтобы и сами дети приобретали в ходе таких занятий навыки самооценки.

Предметное исполнительское занятие имеет достаточно чёткую внутреннюю структуру (разминка, тренинг, работа над закреплением старого материала, разучивание нового, оценка проведённой работы). Тематическое исполнительское занятие может иметь более свободную структуру, в нём комбинируются разные виды деятельности, оно, чаще всего, имеет игровую форму.

В творческом занятии создаются условия для развития общих и специальных творческих способностей учащихся на основе создания конкретных продуктов детского творчества (материального или духовного характера).

В подготовке такого занятия необходим творческий подход; типовой структуры здесь не предполагается (независимо от возраста детей). Условно можно охарактеризовать занятия этого вида по преимущественно используемым приёмам и видам организации деятельности: импровизация, сочинительство, поисковая или творческая игра и т.д. Творческое занятие может проводиться как самостоятельное или как вторая часть комплексного занятия (например, предваряться ознакомительной беседой или показом).

При импровизационной форме педагог направляет деятельность учащихся на ту или иную интерпрентацию существующего произведения (исполнение его в определённом стиле, пародирование произведения и т.д.), чтобы выявить и развить способность обучаемого к импровизации. В другом случае перед детьми ставиться задача сочинить или «досочинить» какое-либо произведение на определённую тему, сюжет, по опорным сигналам (рисунки, музыкальный размер, пиктограмма). Такая работа может носить индивидуальный и коллективный характер.

Комбинированные и комплексные занятия решают задачи художественно-эстетического развития личности обучающегося в разных направлениях.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

- светлый, просторный, хорошо проветриваемый зал;
- раздевалка для учащихся;
- спортивный инвентарь (коврики, скакалки, обручи, мячи и т.д.)

- зеркальная стенка, станок;
- музыкальная, компьютерная аппаратура.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативная база:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
5. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196»
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

Литература для педагога:

1. В. Никитин «Модерн-джаз танец». «ГИТИС», 2000г.
2. Гусев С. Танцы и игры. – М., 1997 г.
3. Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. Методика преподавания оздоровительной аэробики: Учебное пособие. - Волгоград: Изд-во Волгоградского гос. ун-та, 2004. - 124 с.
4. Заикин Н.И. Областные особенности русского народного танца. – Орел, 2004 г.
5. И. Борщенко «Растяжки для позвоночника», АСТ, 2014г.
6. Кветная О. Историко – бытовой танец (методическое пособие). – М., 1997 г.
7. Кечеджиева Л., Ваикова М. Обучение детей художественной гимнастике. – М., 1995 г.
8. Климов А. Основы русского народного танца – М., 1999 г.
9. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы.- Ростов н/Д.:Феникс,2005 г.
10. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе – М., 2001 г.
11. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике – М., 1993 г.
12. Н.П. Базарова, В.П. Мей «Азбука классического танца», 2010г., - 272с.
13. Полятков С.С., Основы современного танца. Р.: Феникс, 2006
14. Раздрокина Л.А., Танцуйте на здоровье! Танцевально-игровые тренинги. Р.: Феникс, 2004
15. Рейс Ф., Смит Б. Пятьсот лучших советов тренеру. – С.- П., 2002 г.
16. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М., 1996 г.
17. Базарова, Н.П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей – 10-е изд., стер. Санкт Петербург: Планета музыки, 2021. – 272 с.
18. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа: Учебное

пособие. - 3-е издание, стереотипное. - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ - 2016 - 224 с.:илл. - (Учебники для вузов. Специальная литература).

19. Ваганова, А.Я. Основы классического танца/ А.Я. Ваганова – 6-е изд. Санкт Петербург: Издательство «Лань», 2000. – 192 с.

20. Герке, Т. Спортивная анатомия / Торстен Герке; пер. с нем. С.Э. Борич. – 3-е изд. – Минск: Попурри, 2019. – 272 с.: ил.

21. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе / М.В. Левин. - М.: Терра-Спорт, 2001. - 91, [3] с.

22. Никитин В.Ю. Модерн - джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. — М.: ИД «Один из лучших», 2004 - 414 с., ил.

23. А.М. Якимов. Основы тренирского мастерства. – М.,2015 г. Издательство Спорт.

24. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., Учите детей танцевать, 2017.

25. Затямина, Т.А. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие/ Т.А. Затямина, Л.В. Стрепетова – М.: Издательство «Глобус», 2009. – 112 с.

26. Звёздочкин, В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры/ В.А. Звёздочкин. – Ростов н/Д: «Феникс». Серия «Учебники и учебные пособия». 2003 – 416 с.

27. Ивлева, Л.Д. Анатомия и биомеханика в хореографии: учеб. пособие/Л.Д. Ивлева; авт. предисл. В.Е. Триодин; Челяб. гос. ин-т культуры. – Челябинск: ЧГИК, 2017. – 81 с.

28. Каблуков, Д.А. Здоровье в балете/ Д. Каблуков. – Владивосток: изд-во «ЛИТ», 2019 – 152 с.: ил.

29. Кале-Жермен, Б. Исцеляющие движения для позвоночника/ Бландин Кале-Жермен, Андре Ламотт, пер. с фр. А.В. Апатовской. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 302, [2] с.: ил.

30. Кечеджиева, Л.М. Ванкова, М. Чипрянова. - Обучение детей художественной гимнастике : [Пер. с болг.]: Физкультура и спорт, 1995 . - 95 с. : ил.; 20 см.

31. Коптелова, Е. Д. Игорь Моисеев - Академик и философ танца/ Е. Д. Коптелова. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012.- 416 с. (+ вклейки, 48 с.). – (Мир культуры, истории и философии)

32. Ф. Рейс, Б. Смит Пятьсот лучших советов тренеру. – М., 2006 г. - 238 с.

33. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова. – М.: Гуманит изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 256 с.

34. Театр, где играют дети: учеб. – метод. пособие для руководителей детских театральных коллективов / Под ред. А.Б. Никитиной. – М.: Гуманит изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 288 с.: ил.

35. С.С. Полятков, Основы современного танца. Р. : Феникс , 2006 , - 82 с.

36. Феофанова, И. Актёрский тренинг для детей / И. Феофанова - М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011. – 352 с.

37. Шершнёв, В.Г. С чего начинается танец? (Лингвистическое исследование народной хореографии). – М.: ООО «Век информации», 2010. – 32с.: ил.

Литература для учащихся и родителей:

1. Никитин В. М. Модерн – джаз танец. Начало обучения. – М., 1998 г.

2. Петров Б.Н. Массовые спортивно – художественные представления. – М., 1998 г.

3. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2001 г.

4. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993 г.

5. Барсотти, Э. Детская познавательная энциклопедия «Супер-Окошки». Человек/Э. Баротти. – Ростов-на – Дону: ООО «АРКОЛ», 2020. – 16 стр.

6. Боне, Э. Одежда со всего света/Эмили Боне – М.,: Махаон, 2021. – 24 с.

7. Корчак, Я. Любовь к ребёнку/Януш Корчак – Спб: Питер, 2017. – 288 с. ил. – (Серия «Родителям о детях»)

8. Курпатов А.В. Как устроен мозг? Книга о том, зачем учиться чему-то новому каждый день/А В. Курпатов – М. : Нева, Филипок и К, 2019. – 32 с., цв. ил.: - (Серия «Академия смысла для детей»).

9. Курпатов, А.В. Мозг, который нужен всем/ А.В. Курпатов – Спб.: Капитал, 2020. – 80

с.
10. Маслакова, Ю.А. Раскраска «Балет в картинках и стихах», первая умная раскраска для маленьких балерин/Ю. А. Маслакова – Москва: [б. и.], 2021. – 36 с.: ил.
11. Петрановская, Л. Тайная опора: привязанность в жизни ребёнка/Л. Петрановская, – М.: Издательство АСТ, 2021. – 288 с.
12. М. Махаои. Хочу танцевать (Методическое пособие)1992 г. – 45 с.

Электронные ресурсы:

1. http://www.taranenkomusic.narod.ru (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке.
2. Smart Ballet: YouTube – канал. – URL: https://www.youtube.com/channel/UCWpjKglD29XizsdYQCCEJRg (дата обращения: 2.06.2021 г.)
3. Вместе: YouTube – канал. – URL: https://www.youtube.com/c/%D0%B2%D0%9C%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5/featured (дата обращения: 1.06.2021 г.)
4. ttp://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot _ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса - «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
5. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.
6. http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработкипо хореографии.
7. http://window.edu.ru/resource/647/73647 - Хореографическое искусство. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования
8. Телеканал Культура: YouTube – канал. – URL: https://www.youtube.com/channel/UCik7MxUtSXXfT-f_78cQRfQ/featured (дата обращения: 31.05.2021 г.)
9. Фестиваль детского танца «Светлана»: официальный сайт. – URL: http://www.svetlana-zakharova.com/svetlana/ (дата обращения: 14.03.2021 г.)

ГЛОССАРИЙ

Волна – движение, при выполнении которого действительно кажется, что по телу танцора проходит волна.

Высота – высота пирамиды или станта.

Двигательный такт – непрерывное движение, выполняемое на 2-4 счета; каждый счет двигательного такта соответствует одному музыкальному такту.

Классический танец – это канонизированная система выразительных средств хореографического искусства, основанная на принципе поэтически-обобщенной трактовки сценического образа; раскрытие эмоций, мыслей, переживаний средствами пластики.

Кувырок – акробатическое и гимнастическое упражнение. Вращательное движение тела через голову с опорой руками о пол или снаряд и касанием отдельными частями тела. Может быть выполнен вперед, назад, в сторону; в группировке, согнувшись, прогнувшись; толчком одной и двумя; из разных и. п. в разные конечные положения.

Мах – однократное маятникообразное движение по инерции одних частей тела относительно других в упоре или относительно точек хвата в висе, при выполнении беговых, прыжковых и др. упражнений, а также движение предметом по дуге (в художественной гимнастике).

Мост – акробатическое и гимнастическое упражнение, дугообразное максимально прогнутое положение исполнителя с опорой на ноги и руки спиной вниз.

Музыкальный ритм – временная характеристика. Ученик учится распознавать долгие и краткие звуки. Ритм движения – это соотношение между частями движения, различающимися по быстроте, продолжительности и мышечному напряжению. Ученик учится исполнять движения, чередуя напряжение и расслабление, ускорение и замедление, выделяя акценты и пауз.

Оборот – этот термин подразумевает поворот вокруг своей оси на 360 - (один оборот), полоборота – поворот на 180, четверть - на 90, два оборота - 720, и т.д.

Пируэт – вращение на одной ноге вокруг своей оси как минимум на 360 градусов.

Поворот – вращательное движение тела вокруг продольной оси.

Полный присед – положение, сидя на корточках, но с ровной спиной. Полуприсед - промежуточное положение между полным приседом и положением стоя. Полуприсед может быть разной глубины.

Танцевальная композиция – это полностью поставленный танец.

Танцевальная связка – это несколько танцевальных движений (3—5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации.

Шпагат – Акробатическое и гимнастическое упражнение, сед с предельно разведенными ногами с опорой на всю поверхность. Выполнение шпагатов увеличивает подвижность в тазобедренных суставах. Способы выполнения: скольжением, перемахом из упора лежа, прыжком и т.д.

Приложение 1

Диагностическая карта результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы

Наименование программы _____
Наименование творческого объединения _____
Учебный год _____
Группа ____ Год обучения ____
ФИО педагога _____ подпись _____

№	ФИО учащегося	Знания и мастерство						Личностное и социальное развитие					
	Формирование знаний, умений, навыков по разделам образовательной программы (предметные результаты)	Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)			Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)			Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)			Формирование ключевых компетенций		
		входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													

				Знания и мастерство		Личностное и социальное развитие	
Показатели	**Уровень**	**Баллы**	**Освоение разделов программы**	**Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)**	**Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)**	**Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)**	**Формирование ключевых компетенций**
Критерии оценивания	недостаточный (низкий)	0	менее 1/3 программного материала	Знание (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	Ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Знание элементарных норм, правил, принципов
	достаточный (средний)	1	1/3 - 1/2 программного материала	Понимание (понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии)	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе "извне" (педагог, родители)
	оптимальный	2	Более 1/2 - 2/3	Применение, перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	Выполнение при поддержке, разовой помощи, консультации кого-либо	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)
	высокий	3	2/3 - практически полностью	Овладение, самостоятельный перенос и другие предметы и виды деятельности (осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний, умений и навыков с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике)	Самостоятельное построение, выполнение действий, операций.	Выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Поведение, построенное на убеждении; осознание значения смысла и цели.

Учебно-методический комплект к дополнительной общеразвивающей программе «В гостях у Терпсихоры»
I год обучения

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	**Игроритмика**	Вводное занятие. Техника безопасности. «Радостные» поклоны. Знакомство с азбукой ритмики «От простого хлопка – к притопу» в игровых задачах-упражнениях. Хлопки в такт музыки. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Акцентированная ходьба.	Инструкция по технике безопасности Правила исполнения разных видов поклона. Игровые упражнения.	«Правила поведения и техника безопасности во время занятий танцами и ритмикой».docx Презентация «Виды поклонов» «От простого хлопка – к притопу».pdf «Маша и Медведь – Ты варись мое варенье». mp3, «Два веселых гуся».mp3, «Кто ходит в гости по утрам».mp3 «Детский хор - Детство».mp3, «Марш Радецкого».mp3
2.	**Игрогимнастика**	Построение в шеренгу. Строевые упражнения. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Изучение полуакробатических и акробатических элементов (колесо, мост, кувырок, шпагат)	Схема перестроений. Иллюстрации танцевальных рисунков. Акробатический мат. Иллюстрации разных видов шпагата.	Презентация «Рисунки танца». DVD-диск с видео: «Техника исполнения акробатических элементов для детей», «Садимся на шпагат!»
3.	**Игротанцы**	Танцевальные позиции ног и рук. Танцевальные шаги. Имитационные, образные упражнения. «Хоровод». «Мы пойдем сначала вправо».	Иллюстрации позиций ног и рук классического танца. Карточки с образами животных. Иллюстрации русских костюмов, танцевальные рисунки хоровода.	Классический экзерсис.mp3 «Детский хор-Детство».mp3, «Марш Радецкого».mp3, «Рахманинов - Итальянская полка».mp3, «От улыбки».mp3 Музыкальный сборник «В мире животных» «Русская хороводная».mp3 «Мы пойдем сначала вправо».mp3
4.	**Танцевально-ритмическая пластика**	Освоение навыков ходьбы, бега. Освоение навыков прыжков. Танцевально-ритмическая пластика. Музыкально-подвижные игры. «Мороженное», «Танец утят», «Полька-хлопушка». Музыкально-подвижные игры. «Найди своё место». «Конкурс танца».	Изображение тающего мороженного (упражнение на расслабление мышц) Картинки с утятами. Карточки для обозначения своего места. Карточки – баллы.	«Танец маленьких утят».mp3 «От улыбки».mp3 «Римский-Корсаковт- Полет шмеля».mp3 «Барбарики - Бананамама».mp3 «Рахманинов – Итальянская полька».mp3, «Детский хор – детство».mp3.

II год обучения

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	**Ритмика**	Вводное занятие. Техника безопасности. Разучивание поклона. Сильные и слабые доли такта. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Музыкальные размеры 2/4; 3/4; 4/4. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.	Инструкция по технике безопасности Правила исполнения разных видов поклона Таблица «Музыкальные размеры»	«Правила поведения и техника безопасности во время занятий танцами и ритмикой».docx Презентация «Виды поклонов» «Детский духовой оркестр- Марш» mp3, «Детский хор- Пусть всегда будет солнце» mp3 «Детский хор - Детство» mp3, «Марш Радецкого» mp3, «Вальс Анастасия» mp3
2.	**Игрогимнастика**	Строевые упражнения. Отработка ходьбы с разными положениями рук, в разных направлениях. Упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка», «палочка»), лежа на спине и на животе.	Схема перестроений. Иллюстрации танцевальных рисунков. Стрелочки, для обозначения направления движения. Правила исполнения упражнений «лодочка», «палочка».	Презентация «Рисунки танца» Сборник песен группы «Барбарики» mp3
3.	**Элементы общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Акробатика**	Основные составляющие ОФП и СФП. Полуакробатика. Акробатика. Освоение навыков ходьбы. Изучение полуакробатических и акробатических элементов.	Акробатический мат. Иллюстрации разных видов шпагата.	DVD-диск с видео: «Техника исполнения акробатических элементов для детей», «Садимся на шпагат!»
4.	**Танцевальное искусство**	Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья, пятая. Танцевальные позиции рук. Port des bras Танцевальные шаги. Русский шаг-припадание. «Елочка», «гармошка», «ковырялочка». «Русский хоровод».	Иллюстрации позиций ног и рук классического танца. Иллюстрации русских народных костюмов. Иллюстрации русских хороводных костюмов, танцевальные рисунки хоровода.	Классический экзерсис.mp3 «Рахманинов - Итальянская полька».mp3, «От улыбки».mp3 CD-диск Сборник русской народной музыки. «Русская хороводная».mp3
5.	**Музыкально-подвижные игры**	«Зарядка», «Слоненок» Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Эстафета. Игры на определение динамики и характера музыкального произведения. «День – ночь», «Море волнуется раз».	Акробатический мат, мячи, обручи.	«Танец Слоненка».mp3, «Утренняя гимнастика».mp3 «Римский-Корсаков-Полет шмеля».mp3, «Чайковский – Вальс цветов».mp3

III год обучения

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	**Партерная гимнастика**	Комплекс упражнений в исходном положении сидя и лежа для: мышц ног, туловища, брюшного пресса, плечевого пояса.	Техника исполнения упражнений для мышц ног, туловища,	DVD-диск с видео «Упражнения для мышц ног, туловища, брюшного пресса, плечевого пояса».
2.	**Элементы общей физической подготовки и специальной физической подготовки (ОФП и СФП). Акробатика**	Подготовительные упражнения, силовые упражнения, упражнения на гибкость. Общие и специальные подготовительные упражнения: бег, прыжки. Обучение акробатическим элементам: кувырки, колесо, переворот вперед, переворот назад. Высокие прыжки и приземления.	Акробатический мат, скакалки, обручи, мячи. Техника исполнения вращений. Техника исполнения прыжков.	DVD-диск с видео: «Техника исполнения акробатических элементов».
3.	**Основы классического танца.**	Классический танец: знакомство с терминологией. Постановка корпуса, ног, рук и головы, отработка навыков, координации движений. Позиции ног и рук. Изучение прыжков и поз классического танца, экзерсис у станка, на середине зала на пальцах. Классический экзерсис у станка: BATTEMENT TENDU в сторону, BATTEMENT TENDU вперед, DEMI-PLIE в I, II, III позициях. Понятие вытягивания пальцев. PASSE PAR TERRE. ROND DE JAMBE PAR TERRE EN DEHORS.	Н. П. Базарова, В.П. Мей «Азбука классического танца», 2010г., - 272с.	Презентация «Классический танец». DVD-диск с видео «Экзерсис в классическом танце».
4.	**Изучение стилей танцев.**	Русский танец: основные положения рук, ног. Основные движения: переменный ход вперед, переменный ход назад, гармошка, припадание, моталочка.	Иллюстрации русских народных костюмов. В. Никитин «Модерн-джаз танец». «ГИТИС», 2000г.	CD-диск «Сборник русской народной музыки.
		Основные движения русского танца: ход с подскоком и ударом носка, веревочка, веревочка с шагом на каблук, ковырялочка, ключ, дробный ход.		
		Знакомство с элементами современного танца. Flatback, relies, roll-down, roll-up, contaction.		

IV-V год обучения

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	**Ритмика. Тренинг партерной гимнастики.**	Упражнения с различными исходными положениями с двумя и тремя вариантами движений, заключительным бегом и различными вариантами прыжков. Тренинг упражнений партерной гимнастики. Изучение акробатических элементов: мостик (на двух и одной руке), кувырок (вперед и назад), свечка, переворот вперед и назад.	Инструкция по технике безопасности. Техника исполнения упражнений сидя, стоя на коленях, упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса, туловища, живота, спины, таза, ягодиц. И. Борщенко «Растяжки для позвоночника», АСТ, 2014г. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. «Учите детей танцевать», 2003 г.	DVD-диск с видео « Упражнения для, мышц брюшного пресса, мышц плечевого пояса». Видео по книге И. Борщенко «Растяжки для позвоночника» books.academic.ru Секреты гибкости: полная амплитуда движений (Автор: Пер. с англ. В. Орехова), ТЕРРА, 1997г. http://eknigi.org/zdorovie/60409-sekrety-gibkosti-polnaya-amplituda-dvizhenij.html
2.	**Элементы народного танца**	Терминология и движения русского, украинского, белорусского народных танцев. История костюмов. Самобытные особенности русского народного танца Астраханской области.	Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М., 1996 г. Заикин Н.И. «Областные особенности русского народного танца» 2004 г.	Т. Ткаченко «Народные танцы», 1954г., формат DJVU Видео по книге «Народные танцы» Т.Ткаченко DVD-диск с концертом ансамбля народного танца имени Игоря Моисеева (Сюита русских танцев)
3.	**Элементы общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Акробатика**	Средства СФП и ОФП. Общие подготовительные упражнения. Изучение акробатических элементов: кувырок, переворот на двух одной руке, прыжки в шпагат.	Инструкция по технике безопасности. Иллюстрации на тему: «Скоростно-силовые упражнения (волны, взмахи, равновесия, прыжки, шпагаты, мосты и т.д.)»	Песня Рапунциль «Солнца яркий луч» mp3, «Я вижу свет» mp3, «Вместе весело шагать» mp3, «Мы маленькие дети» mp3, «Дождя не боимся» mp3, «Незнайка с нашего двора» mp3
4.	**Основы эстрадно-спортивного танца**	Амплитудное качественное выполнение акробатических элементов по схеме от простого к сложному. Обязательные элементы ДАНС-программы: пируэты, шпагаты, прыжки, махи, перевороты на двух и одной руке, стойка-мост, парные упражнения, перекаты на спине, на животе. Отработка изучаемых элементов с высокой амплитудой и фиксацией тела.	Основные правила техники безопасности. Техника исполнения упражнений Акробатический мат.	Универсальная научно-популярная онлайн – энциклопедия (подготовка чирлидиров и техника безопастности). http://www.krugosvet.ru/

		Изучение направления джаз-аэробики, рок-аэробики, брейк-аэробики и т.д.		
5.	**Постановочная работа**	Хореографический образ и его эмоциональная окраска. Рисунок танца, подбор выразительных средств (мимика, жесты, костюмы). Законы пространства сцены, принципы идентификации.	Костюмы, реквизит, аудио-видео аппаратура.	https://ok.ru/group/56968055423033