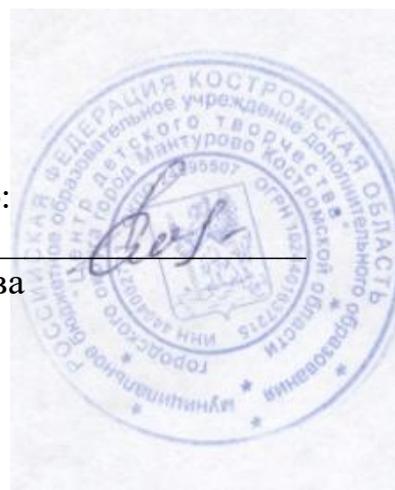


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества» городского округа город Мантурово  
Костромской области

Одобрено:  
На заседании пед.совета  
1.09.2020

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_  
И.С. Егорова  
1.09.2020



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**художественной направленности**  
**хореография «Настроение»**  
**к дополнительной общеразвивающей программе**  
**МБОУ ДО ЦДТ**  
**Возраст обучающихся 8-11 лет**  
**Педагог дополнительного образования Смирнова С.В.**

2020 год

# Содержание

<b>I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>3</b>
1. Актуальность, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы.....	3
2. Цели и задачи программы.....	5
3. Организационно-педагогические основы обучения.....	6
3.1 Условия набора и формирования групп.....	6
3.2 Формы и режим занятий.....	7
3.3. Методы обучения.....	8
3.4 Возрастные особенности учащихся.....	9
3.5 Прогнозируемые результаты.....	11
3.6 Формы подведения итогов качества реализации программы.....	14
<b>II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>15</b>
Первый год обучения.....	16
Второй год обучения.....	18
Третий год обучения.....	20
<b>III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>22</b>
1. Воспитательная работа.....	22
2. Психолого-педагогическая диагностика.....	22
3. Методическое обеспечение.....	23
4. Материально-техническое обеспечение.....	23
<b>IV.....</b>	<b>Список</b>
<b>литературы.....</b>	<b>24</b>
Мониторинг результатов обучения в рамках реализации программы «Настроение».....	27
Словарь терминов.....	39
Календарно-тематическое планирование.....	40
1 год обучения.....	40
2 год обучения.....	41
3 год обучения.....	43
Выписка из учебного плана.....	45

# I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1. Актуальность, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настроение» художественной направленности предназначена для реализации в условиях дополнительного образования детей.

Программа «Настроение» разработана на основе опыта деятельности педагога дополнительного образования МБОУДО Центр детского творчества городского округа г. Мантурово.

Дополнительная общеобразовательная программа «Настроение» составлена в соответствии с нормативными документами: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепция развития дополнительного образования в РФ, распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), «Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленные письмом Министерства культуры РФ от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ; с учетом современных тенденций в области хореографического искусства, Устава МБОУ ДО «Центр детского творчества» г.о.Мантурово.

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец возник относительно недавно (в начале XX века), но успел довольно быстро развиться за это время. Современный танец можно условно разделить на *танец модерн* и *джазовый танец*, которые в свою очередь подразделяются на различные техники: модерн-техника М.Грэхем, Дж.Маллер, Х.Лимона, Д.Хэмфри, техника низкого полёта и др.; джаз – афро-джаз, фанки-джаз, стрит-джаз и др.

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен современным детям.

*Педагогическая целесообразность* программы «Настроение» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

**Актуальность** данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа «Настроение» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В *социальном аспекте* обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Современный танец способствует не только *сохранению и укреплению здоровья*, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др. Современный танец развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых стилей, в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства, заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

**Новизна программы** состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, афро-джаз танец, street jazz, flash dance, hip-hop.

В основе занятий лежит изучение техник современного танца: джаз-модерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизация, партнеринг.

Еще одной особенностью данных занятий является **интеграция всего комплекса специальных дисциплин**: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику – предметы, которые изучаются на подготовительном отделении и в младших классах, затем – на классический и народно-сценический танец, в дальнейшем акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

Программа «Настроение» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

## 2. **Цель и задачи программы**

**Цель программы** – формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

### ***Задачи программы:***

#### Обучающие:

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

#### Развивающие:

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

#### Воспитательные:

- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

### **3. Организационно-педагогические основы обучения**

#### **3.1 Условия набора и формирования групп**

Программа «Настроение» реализуется в соответствии с учебным планом МБОУ ДО «Центр детского творчества» и адресована учащимся 2 -4 классов.

Стартовый набор учащихся 1-3 года обучения основывается на отборочном году обучения Программы «Непоседы». Его цель – выявление детей, наиболее способных к занятиям хореографией и выявление психологических и профессиональных (медицинских) противопоказаний.

Набор в объединение проводится с учетом следующих требований: пластичность, музыкальность, способность уловить ритм, «живость» ног, выразительность, спортивность.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и последующих годов обучения. Также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

После освоения программы дети могут продолжить занятия в объединении для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков в концертной (ансамблевой) группе.

Программа рассчитана и на ребят пришедших позже (добор в группы), без какой-либо специальной подготовки, которые раньше не выбрали себе занятия по душе, а к этому возрасту обрели желание танцевать. Главным

определяющим фактором является желание ребенка, от него зависит и степень освоения материала.

Поскольку внутренний мир подростков в этом возрасте насыщен целым рядом психологических проблем, то ребятам предоставляется уникальная возможность их преодоления через пластику, актерские этюды, движенические игры, сценические танцы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы – **8 – 11 лет.**

Срок реализации образовательной программы – **3 года**

Уровень Программы – **базовый.**

Программа рассчитана на три года обучения :

1 год обучения – 144 часа,

2 год обучения – 216 часов,

3 год обучения – 216 часов.

### **3.2 Формы и режим занятий**

Учебно-тематический план программы рассчитан на **36 учебных недель** с 1 сентября по 31 мая, с включением вне плана часов на проведение текущей, промежуточной и итоговой аттестации, консультации, подготовку к дополнительным и индивидуальным репетиционным занятиям и занятия с одаренными детьми.

Продолжительность занятия 1 года – **35 минут**, 2 и 3 года – **40 минут** согласно СанПин 2.4.4.3172- 14, утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 (нормы для занятий художественной направленности).

Занятия на первом году обучения проводятся **2 раза в неделю по 2 учебных часа (35 минут каждый уч. час)**, на втором и третьем годах обучения – **3 раза в неделю по 2 учебных часа (40 минут каждый уч. час)**.

#### ***Режим занятий***

	Год обучения		
	I	II	III
Недельная нагрузка (час)	4	6	6

Форма организации деятельности детей – *групповая*, основная форма проведения занятий – учебное занятие.

Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
- в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы;
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.

В соответствии с технологическим регламентом, наполняемость групп 1 года обучения составляет 12-15 человек, 2 и 3 года обучения – 10 человек.

#### **Формы занятий:**

- учебное занятие
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, конкурсах)
- творческая мастерская
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг
- посещение концертов, мастер-классов и т.п.

### **3.3. Методы обучения**

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

*Практические методы* применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

*Проблемно-поисковые методы обучения.* Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

*Методы эмоционального восприятия.* Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

### **3.4 Возрастные особенности учащихся**

Возрастные особенности – это особенности присущие определенному периоду жизни, комплекс анатомо-физиологических и психологических качеств (познавательных, интеллектуальных, мотивационных и т.д.), характерных для большинства людей одного возраста.

Известно, что человек развивается в младенческом, дошкольном, младшем школьном возрасте. Развитие и формирование психики продолжается в отроческие и юношеские годы. Меняются формы и способы самоутверждения, самопознания, психологической самозащиты и т.п., однако каждая возрастная ступенька завершается появлением новых качеств – физических, физиологических, психологических и др.

В разные возрастные периоды дети по-разному мыслят и чувствуют, различным образом действуют, находятся в разных отношениях с действительностью. Учет возрастных особенностей является основным критерием при определении учебной нагрузки.

На первом уровне (дети 8-9 лет), его можно назвать информационным, учащиеся знакомятся с законами организации процесса подготовки танцовщика. Второй уровень (дети 9-10 лет) – аналитический – заключается в осмыслении ими получаемых на уроках современного танца знаний, навыков, умений. Третий уровень (дети 10-11 лет) – эвристический – характеризуется творческим началом, поиском, а главное – пониманием выполняемой работы.

Для выбора учебного материала или характера работы на конкретный урок необходимо помнить о том, что процессы восприятия во многом зависят от различных факторов: индивидуальных особенностей ребенка, его общего и музыкального развития, жизненного опыта, интересов, склонностей, типа высшей нервной деятельности, от социального окружения, а также физической подготовки.

***Возраст детей (8-9 лет)*** – это особый период в жизни ребенка. В этот период происходит активное *анатомо-физиологическое* созревание организма. Изменения нервной системы закладывают основу для нового этапа умственного развития ребенка.

Возрастает подвижность нервных процессов, отмечается равновесие процессов возбуждения и торможения, хотя процессы возбуждения преобладают, что определяет такие характерные особенности младших школьников как непоседливость, повышенная эмоциональная возбудимость и т.п.

Из особенностей анатомо-физиологического созревания заслуживают внимания следующие моменты: развитие крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому дети лучше выполняют сравнительно сильные и размашистые движения, чем те, которые требуют точности. Важно также иметь в виду неравномерность анатомо-физиологического созревания детей.

Взросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, и в целом для детей остается характерной высокая утомляемость. Все это необходимо специально учитывать, имея в виду и уже упоминавшуюся повышенную эмоциональную возбудимость.

*Мышление* приобретает теоретический характер. Ребенок учится мыслить научными понятиями, которые в подростковом возрасте становятся основой мышления, сталкивается с музыкальными терминами и понятиями средств музыкальной выразительности. В области *восприятия* происходит переход от непроизвольного к целенаправленному произвольному наблюдению за музыкально-художественным объектом, подчиняющемся определенной задаче. *Память* приобретает ярко выраженный характер. Идет интенсивное формирование приемов запоминания. Учитель должен уметь руководить *приемами запоминания и воспроизведения* для того, чтобы процесс обучения и воспитания имел положительные результаты танцевальной деятельности.

**Возраст детей (9-10 лет)** это самый трудный и самый интересный возраст и для учащегося, и для педагога. Продолжается формирование организма. Происходит процесс осознания себя как личности. Дети начинают ценить в людях волевые качества, ум, характер, независимость. Но это и период психологической неуравновешенности: резкая смена настроения, переход от экзальтации к депрессии и наоборот, нарастание общего возбуждения, и ослабление всех видов условного торможения. Это наиболее трудный возраст эмоционального развития, повышенной тревожности. Тревожность проявляется в двигательном беспокойстве (сжимание рук, покусывание губ), в эмоциональном внутреннем возбуждении (слезы, сердцебиение), в состоянии напряжения (скованность, мышечная зажатость).

Возраст детей (10-11 лет) дети наиболее активны на занятиях и еще не потеряли той детской непосредственности, которая так выгодно отличает их от подростков. Однако они уже приобрели много знаний, у них развивается чувство коллективизма. Опыт работы показывает, что основу коллектива должны составлять дети именно этого возраста. Ребята занимаются с любовью и увлечением.

### 3.5 Прогнозируемые результаты

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

- **предметным**, фиксирующим *предметные* и *метапредметные* (общеучебные) знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;
- **личностным**, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении.

#### **Предметные результаты:**

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца (contemporary, hip-hop, афро-джаз и др.).
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;
- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

**Метапредметные (общеучебные) результаты** обучения будут охарактеризованы: повышением уровня культурного развития личности, развитием учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации); высокой степенью развития коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

**Личностные результаты** будут охарактеризованы: проявлением трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости; навыками самооценки; ответственностью за собственный и коллективный результат; способностью справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

В конце *первого года обучения* учащиеся будут:

- знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
- знать основные положения рук;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений.

В конце *второго года обучения* учащиеся будут:

- знать трансформацию движений классического экзерсиса в современном танце;
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;
- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца;
- выполнять различные виды кросса и гимнастические элементы.

В конце *третьего года обучения* учащиеся будут:

- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнения для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

В ходе реализации программы дети расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

### **3.6 Формы подведения итогов качества реализации программы**

Программа «Настроение» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- аттестационный открытый урок (класс-концерт);
- контрольные уроки по полугодиям (зачет);
- экзамен;
- тестирование;
- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях очные и участие в дистанционных конкурсах).

Текущий контроль успеваемости учащихся, промежуточная и итоговая аттестация, дополнительные индивидуальные репетиционные занятия и занятия с одаренными детьми проводятся вне аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Текущий контроль по полугодиям проводится в форме контрольных занятий и зачетов. Промежуточная аттестация по итогам года проводится в форме класс-концертов. Итоговая аттестация по завершению обучения проводится в форме экзаменационного класс-концерта.

## II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Структура урока

Урок современного танца состоит из следующих этапов:

#### 1. *Разогрев*

Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис *plie, tends, jets* и т.д., а также наклоны и повороты торса.

#### 2. *Isolation* (изолированные движения какой-либо частью тела)

Основная цель этого этапа урока – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

3. *Упражнения для позвоночника: release* (расширение, распространение), *contractions* (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали. Основой техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

#### 4. *Уровни*

Задачи уровней во время уроков многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стрейч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на *Contraction* и *Release*. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

5. *Кросс* (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

6. *Усложненная координация* (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении). Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно распределить правильно внимание между движениями двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, а все внимание уделяется движению другого центра.

7. *Танцевальные комбинации или импровизация*: лирического и динамического характера.

Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

## ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Учебно-тематический план и содержание программы

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	История развития современного танца. Основные направления современного танца	1	1	-
2.	<i>Изучение параллельных позиций ног</i>	Вторая и четвертая позиции	4	1	3
3.	<i>Изучение положений рук</i>	Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	4	-	4
4.	<i>Основные положения корпуса</i>	Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	4	1	3
5.	<i>Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения</i>	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч.	4	-	4
		Движение грудной клеткой – диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.	4	-	4
		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса	4	-	4
6.	<i>Координация изолированных центров</i>	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	8	1	7
7.	<i>Построение и разучивание</i>	Plie с различными движениями рук	4	-	4

	<i>экзерсиса на середине зала</i>	Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве)	8	-	8
		Rond de jamb par terre с «противоходом» рук	4	-	4
		Grand Battement Jete (45, 90, 180)	4	-	4
8.	<i>Упражнения для позвоночника</i>	Твист и спирали торса	4	1	3
		High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны)	4	-	4
9.	<i>Элементы гимнастики</i>	Мостик Стойка на руках Колесо Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание прессы	10	-	10
10.	<i>Кросс</i>	Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	10	1	9
11.	<i>Уровни (верхний, средний, нижний)</i>	Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа) Игра «Фотоальбом»	8	-	8
12.	<i>Партнерные перекаты (транзишен)</i>	Изучение техники исполнения движений партера - Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика) - Поза «зародыша» - Прямые повороты на полу (бревно) - Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо	8	1	7
13.	<i>Импровизация</i>	Расслабление, исследование своего тела, бодиворк Дыхание (каждое движение построено на дыхании)	4		4
		Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка...) Импровизация / «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...» Импровизация с музыкой, ритмом	8	1	7
		Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов	8	1	7
		Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжи движение в дуэте»)	8	1	7
14.	<i>Танцевальные комбинации</i>	Составление танцевальных	19	-	19

		комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации			
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	<b>Всего:</b>		<b>144</b>	<b>10</b>	<b>134</b>

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Учебно-тематический план и содержание программы

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	Повторение материала, пройденного ранее: Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up и т.д.	2	-	2
2.	<i>Разогрев с использованием уровней</i>	Твисты и спирали торса в положении сидя	6	1	5
		Упражнения на contraction и release в положении сидя	6	-	6
		Упражнения стрейч-характера в различных положениях	6	-	6
3.	<i>Экзерсис на середине зала</i>	Plie с различными движениями рук	6	-	6
		Battement tandu et Battement tandu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions)	12	-	12
		Rond de jamb par terre с подготовкой к турам	6	1	5
		Battement fondu во всех направлениях	6	-	6
		Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям	6	-	6
		Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка	6	-	6
4.	<i>Работа над комплексами изоляций</i>	Голова: соединение движений с другими центрами	6	-	6
		Плечи: соединение с движениями других центров	6	-	6
		Грудная клетка в сочетании с различными движениями	6	-	6
		Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений	6	-	6

		Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release)	6	-	6
5.	<b>Упражнения для позвоночника</b>	Flat back вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию Bodi-roll (волны: вперед, назад, боковая) Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе	20	-	20
6.	<b>Партерные перекаты</b>	Партерные перекаты и упражнения Перекаты через одно плечо Транзишен по полу	6	1	5
7.	<b>Элементы гимнастики</b>	Перевороты вперед, назад Колесо на одной руке Силовые и упражнения стрейч-характера	25	-	25
8.	<b>Кросс</b>	Комбинации шагов + Kick (пинки) Прыжки Техника вращения	30	-	30
9.	<b>Импровизация</b>	Дыхание (каждое движение построено на дыхании) Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разноритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)	6	1	5
		Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой	6	-	6
		Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела	6	1	5
10.	<b>Танцевальные этюды</b>	Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием	25	-	25

		импровизации			
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	<b>Всего:</b>		<b>216</b>	<b>5</b>	<b>211</b>

## ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Учебно-тематический план и содержание программы

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b><i>Вводное занятие</i></b>	Повторение пройденного материала	2	-	2
<b>2.</b>	<b><i>Экзерсис на середине зала</i></b>	Plie в сочетании с contraction и release	6	-	6
		Battement tandu и Battement tandu iete в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos)	6	-	6
		Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром)	6	-	6
		Battement fondu во всех направлениях	6	-	6
		Grand Battement Jete Адажио	9	-	9
<b>3.</b>	<b><i>Комплексы изоляций</i></b>	Голова: sundari-квадрат и sundari-круг Плечи: разно ритмические комбинации	6	-	6
		Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости	6	-	6
<b>4.</b>	<b><i>Партер (техника низкого полета)</i></b>	Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliase	6	-	6
		Спирали	9	-	9
		Виды поворотов на полу	9	-	9
		Построение и разучивание комбинаций в партере	9	-	9
<b>5.</b>	<b><i>Элементы гимнастики</i></b>	Силовые и упражнения стрейч - характера	18	-	18
		Перевороты (с одной ногой)	12	-	12
<b>6.</b>	<b><i>Кросс</i></b>	Комбинации прыжков	9	-	9

		Вращение как способ перемещения в пространстве	9	-	9
		Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360°	6		6
		Комбинации шагов, соединенных с вращениями	6	-	6
7.	<b>Импровизация</b>	Изучение техники параллель и оппозиция Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)	12	1	11
		Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений» - «Порядок входа в танец и его продолжительность»	12	1	11
		Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды	12	1	11
8.	<b>Изучение техники движений танца хип-хоп</b>	Положение корпуса, пружина, качь	6	-	6
		Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис)	9	1	8
		Комбинации шагов. Танцевальные комбинации Хопа	25	-	25
	<b>Текущий контроль</b>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<b>Промежуточная аттестация</b>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	<b>Всего:</b>		<b>216</b>	<b>4</b>	<b>212</b>

### **III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **1. Воспитательная работа**

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса.

Посещение концертов танцевальных коллективов, на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов шедевров классического наследия. Беседы о хореографии. Совместные походы с родителями, педагогами и детьми объединений ЦДТ на природу.

#### **2. Психолого-педагогическая диагностика**

Психолого-педагогическая диагностика – неотъемлемая часть педагогической психологии, инструмент целесообразной профессиональной деятельности педагогов, работающих в системе развивающего обучения. Она позволяет педагогу не только научно обоснованно определять тактику развития хореографических способностей ребенка, но и видеть их место в построении стратегии общего развития личности. Безусловно, использование диагностических методов в педагогической практике требует хорошей психологической подготовки специалиста.

В рамках программы регулярно используются различные методы психолого-педагогической диагностики, направленные на изучение общих и специальных интересов и склонностей учащихся, их мотивации и заинтересованности в предмете, степени удовлетворенности от получаемых знаний и уровня комфортности окружающей среды.

Регулярно проводится тестирование на предмет выявления успеваемости учащихся, развития познавательного интереса, эрудиции в целом. Также регулярными являются и анкетирования родителей, учащихся с целью выявления уровня удовлетворенности обучением, выяснения качества отношений и системы ценностей в семье, их понимания и взаимодействия с ребенком.

Используемые диагностические методики:

- методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.;
- методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;
- тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.;
- рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка;
- тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта»;
- игра-тест на проявление интеллектуальной познавательной активности детей;
- тест на определение специальных знаний и умений;
- анкетирования удовлетворенности детей и родителей и т.п.

### **3. Методическое обеспечение**

- Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.
- Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.
- Специальные журналы по хореографии «Балет и Танец» для учащихся.
- Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

### **4. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.

#### IV. Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.
4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
6. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
7. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
9. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
10. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
11. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов-хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
12. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
13. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010.
14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
15. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
17. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
18. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
19. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
20. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт. – 1985.
21. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
22. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск: ЧГАКИ. – 1997.

23. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
24. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. – СПб.: Речь, 2016.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
26. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
27. Коркин В. П., Аракчеев В. И. Акробатика. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
28. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
29. Латиноамериканские танцы/ Авт.-сост. О.В. Иванникова. – М.: АСТ, 2003.
30. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2001.
31. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
32. Лисицкая Т. Ритм + пластика. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
33. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
34. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы. World dance. – 2006. – № 5. – С.16-21.
35. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. – М.: Искусство, 1990.
36. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2000.
37. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. – М.: Алетейа 2000.
38. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. – М.: Один из лучших, 2010.
39. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Изд-во ГИТИС, 2000.
40. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. – Я вхожу в мир искусств. – 1998. – №4.
41. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002.
42. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. – М.: Всерос. театр. об-во, 1984.
43. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Челябинск: ЧГИИК, 1996.
44. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. – М.: Просвещение, 2006.
45. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
46. Пидкасистый П.И. Педагогика. – М.: Педагогическое общество России. –

- 1998.
47. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2009.
  48. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.: Владос, 2003.
  49. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
  50. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка – Пресс, 2016.
  51. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд-во госуниверситета, 2004.
  52. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. – М.: Новая школа, 1994.
  53. Томилин Д.В. Джаз-модерн: обучение. - [http://www.vavilova2.ru/jazz\\_modern.php](http://www.vavilova2.ru/jazz_modern.php)
  54. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Советская Россия, 1982.
  55. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2009.
  56. Федорова Л. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции. – М.: Наука, 1987.
  57. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2001.
  58. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. – СПб.: Союз, 2007.
  59. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших, 2010.
  60. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2003.
  61. <https://kopilkaurokov.ru>
  62. <https://vk.com/dancerussia>
  63. <https://vk.com/dancederevnya>

## МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ в рамках реализации программы «Настроение»

### МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА

Таблица 1

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы Диагностики
<b>1. Теоретическая подготовка</b>				
1.1 Теоретические знания по программе: а) основные сведения по истории современного танца б) основные стили и жанры современной хореографии в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой	1	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более ½.	5	
		Максимальный уровень – освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	10	
1.2. Владение Специальной Терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень – ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины	1	Собеседование
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой	5	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	10	
<b>2. Практическая подготовка</b>				
2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) освоение положений рук в танце модерн б) освоение выворотных и параллельных позиции ног в) владение приёмами координации	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½ предусмотренных умений и навыков	1	Контрольное задание
		Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков	5	

<p>г) владение приёмами изоляции</p> <p>д) выполнение различных видов кросса</p> <p>е) выполнение гимнастических элементов</p> <p>ж) выполнение упражнений для развития позвоночника</p> <p>з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станка</p> <p>и) владение техниками исполнения движений партера</p> <p>к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция</p> <p>л) владение техникой контактной импровизации</p> <p>м) владение техникой исполнения движений в манере танца хип-хоп</p> <p>н) владение техникой исполнения движений в манере танца афро-джаз</p>		составляет более ½.		
		Максимальный уровень – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период.	10	
<p>2.2. Творческие навыки:</p> <p>а) владение навыками музыкально-пластического интонирования;</p> <p>б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;</p> <p>в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;</p> <p>г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;</p> <p>д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;</p> <p>е) владение навыками сценической практики.</p>	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности – ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1	Контрольное Задание
		Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца	5	
		Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества.	10	
<b>3. Общеучебные (метапредметные) умения и навыки</b>				
3.1. Учебно - интеллектуальные умения:				
3.1.1 Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в выборе и анализе литературы	Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе со специальной литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	1	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – работает со специальной литературой с помощью педагога или родителей.	5	
		Максимальный уровень – работает со специальной литературой самостоятельно, не испытывает	10	

		особых трудностей.		
3.1.2. Умение пользоваться компьютерным и источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации	Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	1	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога или родителей.	5	
		Максимальный уровень – работает с компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей.	10	
3.2. Учебно - коммуникативные умения:				
3.2.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок воспринимает лишь ½ объема информации идущей от педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок воспринимает практически весь объем информации идущей от педагога, однако зачастую не способен правильно применить ее на практике	5	
		Максимальный уровень – ребенок воспринимает весь объем информации идущей от педагога, способен проанализировать и применить ее на практике	10	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной танцевальной лексики в ситуации сценического выступления	Минимальный уровень умений. Не стремится передать заданный образ, «комплексует» при общем показе	1	Наблюдение
		Средний уровень. Выполняет танцевальные элементы с достаточной свободой и точностью, но без яркого образного содержания.	5	
		Максимальный уровень. Творчески подходит к выступлению, точно передает образ и концепцию танца, с натуральностью и индивидуальной неповторимостью.	10	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки:				
3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно организовывать своё рабочее	Минимальный уровень умений - ребёнок организует своё рабочее пространство исключительно по просьбе	1	Наблюдение

	пространство (и убирать его за собой)	педагога.		
		Средний уровень – ребёнок формально подходит к процессу организации рабочего пространства: организует его исключительно по образцу и как правило забывает убирать за собой.	5	
		Максимальный уровень – ребёнок самостоятельно организует своё рабочее пространство, проявляет творческий подход.	10	
3.3.2 Навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень умений – техника безопасности соблюдается при условии напоминания педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – техника безопасности соблюдается частично, в ряде случаев необходимо напоминание педагога	5	
		Максимальный уровень техника безопасности соблюдается всегда и при любых условиях	10	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень – для аккуратного выполнения работы требуется побуждения со стороны педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок выполняет работу аккуратно, но не с первого раза	5	
		Максимальный уровень – любой вид деятельности выполняется аккуратно и с полной отдачей	10	

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ**  
**по дополнительной образовательной программе «Настроение»**  
*(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)*

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст ребёнка \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Показатели	Сроки диагностики					
	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения	
	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года
<b>1. Теоретическая подготовка ребёнка</b>						
<i>1.1 Теоретические знания:</i>						
а) основные сведения по истории современного танца						
б) основные стили современной хореографии						
в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности						
г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп						
д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз						
<i>1.2. Владение специальной терминологией</i>						
<b>2. Практическая подготовка ребёнка</b>						
<i>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:</i>						
а) освоение положений рук в танце модерн						
б) освоение выворотных и параллельных позиции ног						
в) владение приёмами координации						
г) владение приёмами изоляции						
д) выполнение различных видов кросса						
е) выполнение гимнастических элементов						
ж) выполнение упражнений для развития позвоночника						
з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станка						
и) владение техниками исполнения движений партера						
к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция						
л) владение техникой						

контактной импровизации						
м) владение техникой исполнения движений в манере танца хип-хоп						
н) владение техникой исполнения движений в манере танца афро-джаз						
<b>2.3. Творческие навыки:</b>						
а) владение навыками музыкально-пластического интонирования;						
б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;						
в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;						
г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;						
д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;						
е) владение навыками сценической практики.						
<b>3. Общеучебные умения и навыки ребёнка</b>						
<b>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</b>						
а) подбирать и анализировать специальную литературу;						
б) пользоваться компьютерными источниками информации.						
<b>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</b>						
а) слушать и слышать педагога;						
б) выступать перед аудиторией.						
<b>3.3. Учебно-организационные умения и навыки:</b>						
а) умение организовать своё рабочее (учебное) место;						
б) навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке;						
в) умение аккуратно выполнять работу.						
4.1. На уровне детского объединения						
4.2. На уровне образовательного учреждения						
4.3. На уровне района, города						
4.4. На всероссийском уровне						
4.5 На международном уровне						

Таблица 3.

### Схема самооценки учебных достижений учащегося

Тема, раздел	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне надо работать?

### МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА

Таблица 4.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
<b>1. Организационно-волевые качества</b>				
1.1. Терпение (выносливость)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия	1	Наблюдение
		Более, чем на 0,5 занятия	5	
		На всё занятие	10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребёнка побуждаются извне	1	Наблюдение
		Иногда – самим ребёнком	5	
		Всегда – самим ребёнком	10	
1.3. Самоконтроль (самодисциплина)	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	1	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	5	
		Постоянно контролирует себя сам	10	
<b>2. Ориентационные качества</b>				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Завышенная	1	Анкетирование
		Заниженная	5	
		Нормально развитая	10	

2.2. Интерес к занятиям в детском	Осознанное участие ребёнка в освоении	Продиктован ребёнку извне	1	Тестирование
-----------------------------------	---------------------------------------	---------------------------	---	--------------

объединении	образовательной программы	Периодически поддерживается самим ребёнком	5	
		Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	10	
<b>3. Поведенческие качества</b>				
3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	5	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	10	
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА  
ДИНАМИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩЕГОСЯ**  
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст ребёнка \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Показатели	Сроки диагностики					
	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения	
	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года
<b>1. Организационно-волевые качества</b>						
1. Терпение (выносливость)						
2. Воля						
3. Самоконтроль						
<b>2. Ориентационные качества</b>						
1. Самооценка						
2. Интерес к занятиям в детском объединении						
<b>3. Поведенческие качества</b>						
1. Конфликтность						
2. Тип сотрудничества						
<b>4. Личностные достижения обучающегося</b> (особые успехи ребёнка в осознанной работе над изменением личностных качеств)						

## СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90°, положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян] – плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю] – движение ноги, которая скользким движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце исполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».

BODY ROLL [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты] – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон вперед торсом ниже 90° сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с *demi plie*, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEVELOPPE [девроппе] – разновидность *battements*, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэт бэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP [флэт стэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрог-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] – партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание.

HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

HOP [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

KICK [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом *developpe*.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования *pas tombe* и *pas coupe*. Синоним *step pas de bourree*. В модерн-джаз танце во время *pas de bourree* положение *sur le cou-de-pied* не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45° или 90°.

PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения « на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

RELEVÉ [релеве] – подъем на полупальцы.

ROLL DOWN [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve).

SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step.pa-de-burre.).

SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

TOMBE [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 год обучения

Учебная неделя	Месяц	Темы (подразделы) программы	Кол-во часов
<b>I полугодие</b>			
<b>1</b>	09	<b>Вводный урок</b>	1
		<b>Изучение параллельных позиций ног</b>	4
<b>2, 3</b>	09	<b>Изучение положений рук</b>	4
	09	<b>Основные положения корпуса</b> Release / Contractions / Roll down, roll up / Flat back / Arch	4
<b>4</b>	09	<b>Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения</b> Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами Движения плечами	4
<b>5</b>	10	Движение грудной клеткой-диафрагмой Curve	4
<b>6</b>	10	Пелвис Поза коллапса	4
<b>7,8</b>	10 10	<b>Координация изолированных центров</b>	8
<b>9</b>	11	<b>Построение и разучивание экзерсиса на середине зала</b> Plie с различными движениями рук	4
<b>10,11</b>	11	Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step	8
<b>12</b>	11	Rond de jamb par terre с «противоходом» рук	4
<b>13</b>	12	Grand Battement Jete (45, 90, 180)	4
<b>14</b>	12	<b>Упражнения для позвоночника</b> Твист и спирали торса	4
<b>15</b>	12	High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны)	4
	12	<i>Текущий контроль</i> (контрольный урок, зачет)	-
<b>II полугодие</b>			
<b>16-36</b>	01-05	<b>Элементы гимнастики</b> Мостик Стойка на руках Колесо Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание прессы	10
<b>16-36</b>	01- 05	<b>Кросс</b> Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	10
<b>16, 17</b>	01	<b>Уровни (верхний, средний, нижний)</b> Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа)	8

		Игра «Фотоальбом»	
<b>18</b> <b>19</b>	01 02	<b>Партерные перекаты (транзишен)</b> Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат Поза «зародыша» Прямые повороты на полу (бревно) Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо	8
<b>20</b>	02	<b>Импровизация</b> Расслабление, исследование своего тела, бодиворк Дыхание	4
<b>21,22</b>	02	Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка....) Импровизация / этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»	8
<b>23, 24</b>	03	Импровизация с музыкой, ритмом Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов	8
<b>25,26</b>	03	Контактная импровизация этюд «продолжи движение в дуэте»	8
<b>27-36</b>	04-05	<b>Танцевальные комбинации</b> Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	19
	05	<b>Промежуточная аттестация</b> (класс-концерт)	-
		<b>Всего:</b>	<b>144</b>

## 2 год обучения

Учебная неделя	Месяц	Темы (подразделы) программы	Кол-во часов
<b>1</b>	09	<b>Вводный урок</b>	2
<b>2</b>	09	<b>Разогрев с использованием уровней</b> Твисты и спирали торса в положении сидя Упражнения на contraction и release в положении сидя Упражнения стрейч-характера в различных положениях	6
<b>3</b>	09		6
<b>4</b>	09		6
<b>5</b>	10	<b>Экзерсис на середине зала</b> Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions) Rond de jamb par terre с подготовкой к турам Battement fondu во всех направлениях Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка	6
<b>6,7</b>	10		12
<b>8</b>	10		6
<b>9</b>	10		6
<b>10</b>	11		6
<b>11</b>	11		6
<b>11</b>	11		6
<b>12</b>	09	<b>Работа над комплексами изоляций</b> Голова: соединение движений с другими центрами Плечи: соединение с движениями других центров	6
<b>13</b>	09		6

<b>14 15 6</b>	09	Грудная клетка в сочетании с различными движениями Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release)	6
	10		6
	10		6
<b>7-36</b>	10-05	<b>Упражнения для позвоночника</b> Flat back вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию Bodi-roll (волны: вперед, назад, боковая) Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе	20
<b>8-36</b>	10-05	<b>Партерные перекаты</b> Партерные перекаты и упражнения Перекаты через одно плечо Транзишен по полу	6
<b>8-36</b>	10-05	<b>Элементы гимнастики</b> Перевороты вперед, назад Колесо на одной руке Силовые и упражнения стрейч-характера	25
<b>8-36</b>	10-05	<b>Кросс</b> Комбинации шагов + Kick (пинок) Прыжки Техника вращения	30
<b>2 3 4</b>	11	<b>Импровизация</b> Дыхание Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разно- ритмическая схема) Этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...» Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Приёмы поддержки в дуэте.	6
	12		6
	12		6
<b>15-36</b>	12-05	<b>Танцевальные этюды</b> Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	25
	12	<i>Текущий контроль</i> (контрольный урок, зачет)	-
	05	<i>Промежуточная аттестация</i> (класс-концерт)	-
<b>Всего:</b>			<b>216</b>

### 3 год обучения

Учебная неделя	Месяц	Темы (подразделы) программы	Кол-во часов
<b>1</b>	09	<b>Вводный урок</b>	2
<b>2,3</b>	09 09	<b>Экзерсис на середине зала</b> Plie с различными движениями рук	6
<b>4,5</b>	09 10	Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos)	6
<b>6,7</b>	10 10	Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром)	6
<b>8,9</b>	10 11	Battement fondu во всех направлениях	6
<b>10,11,12</b>	11 11 10	Grand Battement Jete Адажио	9
<b>2,3</b>	09 09	<b>Комплексы изоляций</b> Голова: sundari-квадрат и sundari-круг Плечи: разно ритмические комбинации	6
<b>4,5</b>	09 10	Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости	6
<b>6,7,8</b>	10 10 10	<b>Партер (техника низкого полета)</b> Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и release	6
<b>9,10,11</b>	11 11 11	Спирали	9
<b>12,13,14</b>	11 12 12	Виды поворотов на полу	9
<b>15,16,17</b>	12 01 01	Построение и разучивание комбинаций в партере	9
<b>6-36</b>	10-05	<b>Элементы гимнастики</b> Силовые и упражнения стрейч - характера Перевероты (с одной ногой)	30
<b>6-36</b>	10-05	<b>Кросс</b> Комбинации прыжков Вращение как способ перемещения в пространстве Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360° Комбинации шагов, соединенных с вращениями	30
<b>16-20</b>	01-02	<b>Импровизация</b> Изучение техники параллель и оппозиция Этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»	12
<b>21-25</b>	02-03	Контактная импровизация: Приёмы поддержки в дуэте	12
<b>26-30</b>	03-04	Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения	12

		изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды	
<b>27</b>	04	<b>Изучение техники движений танца хип-хоп</b> Положение корпуса, пружина, качь	6
<b>28, 29</b>	04 04	Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис)	9
<b>30-36</b>	04-05	Комбинации шагов. Танцевальные комбинации Хопа	25
	12	<i>Текущий контроль</i> (контрольный урок, зачет)	-
	05	<i>Промежуточная аттестация</i> (класс-концерт)	-
		<b>Всего:</b>	<b>216</b>

**ВЫПИСКА ИЗ УЧЕБНОГО ПЛАНА**  
**МБОУ ДО «Центр детского творчества» г. о. г. Мантурово на 2020-  
2021 учебный год**

В МБОУ ДО «Центр детского творчества» г. о. г. Мантурово образовательный процесс осуществляется в соответствии с учебным планом, разработанным на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепции развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказа Минкультуры РФ от 12.03.2012 г. № 156-166 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных общеобразовательных программ в области искусств»
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
- Устава МБОУ ДО «Центр детского творчества» г.о.г. Мантурово

