



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Станция юных техников» г. Альметьевска Республики Татарстан

Принято на заседании методического совета
Протокол № 1 от «29» августа 2022 года

Согласовано
Директор
МБОУ «СОШ №21-ОЦ «Дай 5»
г. Альметьевска РТ
Е.А. Тухфатуллина



Утверждаю
Директор МБОУДО «СЮТ»
Н.М. Бадыханов
Приказ № 87
от «31» августа 2022 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ИМПУЛЬС»**

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 7- 17 лет

Срок реализации: 4 года (792 часов)

Автор-составитель:

Юсупова Людмила Владимировна
педагог дополнительного образования

Альметьевск, 2022

Информационная карта образовательной программы

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Станция юных техников» г. Альметьевска РТ
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импульс»
3.	Направленность программы	Художественная
4	Сведения о разработчике:	
4.1	Автор-составитель: Юсупова Людмила Владимировна педагог дополнительного образования	
5.	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	4 года
5.2.	Возраст обучающихся	7- 17лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая модульная
5.4.	Цель программы	Целью программы является создание условий для расширения знаний и приобретения практических навыков в области ритмики и хореографии. Развитие художественных способностей учащихся. Формирование творческих, эстетических способностей. Воспитание эмоциональной отзывчивости, прививать основные навыки в умении слушать музыку и передавать её образное содержание. Также физическое развитие ребенка средствами оздоровительной ритмики, воспитание общей культуры.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	- Стартовый уровень - Базовый уровень - Продвинутый уровень

6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы – фронтальный, индивидуально – фронтальный, групповой, индивидуальный. Методы – словесный, наглядный, практический.
7.	Формы мониторинга результативности	Входной, промежуточный, итоговый: - выполнение практического задания; - опрос; - тестирование.
8.	Результативность реализации программы	Приобретут навыки исполнения элементов оздоровительной ритмики, классический экзерсис на станке и середине зала, основные элементы различных танцев. Разовьют выворотность, подвижность суставов, танцевальный шаг, легкость, укрепят костно-мышечный аппарат. Разовьют музыкальность, чувство ритма, внимание, память; разовьют навыки творческого подхода в танцевальной деятельности. Обогатят свой эмоциональный опыт. Воспитают в себе навыки коллективного общения. Изучат истории хореографического искусства.
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
10.	Рецензирование	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы	5
- Введение	5
2. Пояснительная записка	5
- Направленность программы	5
- Нормативно-правовое обеспечение программы	5
- Новизна программы	6
- Актуальность программы	6
- Отличительные особенности программы	6
- Цель программы	7
- Задачи программы	7
- Адресат программы	7
- Объём программы	9
- Формы организации образовательного процесса.	9
- Срок реализация программы	10
- Режим занятия	10
- Планируемые результаты освоения программы	10
- Формы подведения итогов реализации программы	10
- Матрица дополнительной общеобразовательной программы	11
3. Учебные планы и содержание учебных планов образовательной программы	12
- Учебно-тематический план – 1 год обучения	12
- Содержание программы – 1 год обучения	13
- Учебно-тематический план – 2 год обучения	16
- Содержание программы – 2 год обучения	17
- Учебно-тематический план – 3 год обучения	20
- Содержание программы – 3 год обучения	21
- Учебно-тематический план – 4 год обучения	24
- Содержание программы – 4 год обучения	25
4. Комплекс организационно-педагогических условий	28
- Организационно-педагогические условия реализации программы	28
- Формы аттестации / контроля	28
- Оценочные материалы	29
- Работа с родителями	30
- Методическое обеспечение программы	30
- Методическая работа	30
5. Список литературы	31
6. Тесты, определяющие хореографические возможности учащихся.	32

1. Комплекс основных характеристик программы

Введение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импульс» – это документ, отражающий педагогическую концепцию в соответствии с заявленными целями деятельности, содержащий условия, методы и технологию достижения целей, а также предполагаемый конечный результат; документ, раскрывающий структуру организации, последовательность осуществления, информационное, технологическое и ресурсное обеспечение образовательного процесса в соответствии с обоснованными целями и содержанием образования.

Дополнительное образование в наше время ведется так же, как другие типы и виды образования – по конкретным образовательным программам.

1. Пояснительная записка

Направленность программы

Программа «Импульс» является дополнительной, общеобразовательной, общеразвивающей программой **художественной направленности** и реализуется в МБОУДО «СЮТ» с 2015 года.

Программа направлена на объединение ритмики и хореографии, которая позволяет гармонично развивать личность, формировать у воспитанников танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место.

Задача педагога - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, классический экзерсис, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р.
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019

№467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г.

№629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

7. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28.

8. Устав образовательной организации.

Новизна программы

Новизна программы состоит в том, что её содержание базируется на синтезе различных направлений хореографии, когда наряду с основами классической и народной хореографии обучающиеся имеют возможность приобщиться к постижению искусства современного танца, а также применять полученные знания и умения в разнообразной танцевальной практике, в том числе в жанре вокально-хореографической композиции. Использование в учебном процессе лучших образцов танцевального искусства различных направлений способствует развитию у детей художественного вкуса и целостного представления о мире танца, помогает им увидеть взаимосвязь и взаимопроникновение различных видов искусства: музыки, хореографии, живописи, литературы, театра.

Актуальность программы

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения оздоровительная ритмика и хореография занимает особое место. Ритмика является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» и имеет огромное значение как средство воспитания. Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, можно формировать у детей культуру и манеру общения.

Отличительная особенность программы

Отличительной особенностью данной программы является организация поиска новых познавательных ориентиров (организация творческой деятельности, самостоятельного добывания знаний). Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению.

Обучение по данной программе проходит в соответствии со следующими педагогическими принципами: от простого к сложному, от известного к неизвестному, сознательности и активности, доступности, прочности, наглядности, воспитывающего обучения.

Цель программы

Цель программы – воспитание нравственно-эстетических качеств личности средствами хореографического искусства. Организация досуговой деятельности детей.

Воспитание эмоциональной отзывчивости, прививать основные навыки в умении слушать музыку и передавать её образное содержание. Также физическое развитие ребенка средствами оздоровительной ритмики, воспитание общей культуры.

Задачи программы

Образовательные:

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы (классический танец, детский танец, современный танец);
- обучить технике выполнения классического и современного экзерсиса;
- обучить и привить навыки исполнения элементов ритмики и хореографии в репетиционно-постановочной работе.

Развивающие:

- способствовать развитию умственной и физической работоспособности;
- развить данные (выворотность, подвижность суставов, широкий шаг, укрепить костно-мышечный аппарат);
- развить музыкальность, чувство ритма, изучить музыкальные размеры, понятия «темп», «ритм», сильные и слабые доли;
- развить внимание, память, мышление.

Воспитательные:

- раскрыть индивидуальность ребенка через творческую активность, способность импровизировать под музыку, точно передавать художественные образы;
- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи, трудолюбия, терпения и навыки общения в коллективе.

Адресат программы

Младший школьный возраст (7-10 лет)

В этом возрасте 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. 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. В классах 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.

Младший и средний подростковый возраст (11-14 лет)

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Они обидчивы. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Еще большее значение приобретает индивидуальный подход. Для ребенка это самый трудный, переломный возраст во всех отношениях. Болезненно воспринимают критику. Они пытаются проявлять самостоятельность от родителей, педагога, начинают осознавать себя как личность, поэтому подростков все больше привлекают личностные качества педагога. Теперь они не будут безоговорочно слушаться, и слепо доверяться педагогу. Надо завоевать их уважение, подростки начинают ценить волевые качества, ум, характер, профессионализм педагога. Я заметила, что дети 11-14 лет стремятся (пока еще робко) к личностному общению со мной, я никогда не отвергаю попыток ребенка к разговору. Этот возраст отличается активностью, восприимчивостью, им свойственно стремление к действию, выполнению задания. Если у них опыт занятий танцами, то им легче дается разучивание движений, а если ребенок только начинает заниматься, то настойчивость, работоспособность помогают ему быстро нагнать сверстников. Дети занимаются с увлечением и настойчивостью, занятия проводятся более углубленно, с этого возраста я начинаю требовать от детей точности исполнения. В подростковом возрасте утрачена детская непосредственность, больше внимания уделяю технике исполнения.

Расширяется объем работы над тренировочными движениями, которые изучаются у станка, на середине, движения рук разнообразнее, всё больше комбинированных движений, с координацией ног, рук, головы, корпуса.

Это трудный возраст для подбора репертуара. Дети сами себя считают уже взрослыми. Действительно, они выросли из детского репертуара, но и взрослый им еще не подходит.

Программа «Импульс» рассчитана на обучение и воспитание детей и подростков от 7 до 16 лет. Программа рассчитана на 4 года в соответствии с возрастными особенностями.

На освоение образовательной программы отводится 792 учебных часа, из них:

- первый год обучения – 144 учебных часов,
- второй год обучения – 216 учебных часов;
- третий год обучения – 216 учебных часов,
- четвёртый год обучения – 216 учебных часов.

Форма организации образовательного процесса

Формы обучения, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально - фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы по группам;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение элементов ритмики и хореографии.

Виды занятий

Методы, приёмы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседы, объяснение и т.д.);
- наглядный (показ педагога движений, просмотр видео материала и др.);
- практический (выполнение детей упражнений и движений согласно программе, игры и др.).

Формы контроля, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-показательный – дети воспринимают и усваивают программу, делаем контрольные измерения, показ комбинации, показ композиции.
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания на занятиях, участвуют в концертах, фестивалях и конкурсах.
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, практические и семинарские занятия, лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы, мастерские, деловые и ролевые игры, тренинги, выездные тематические занятия, выполнение самостоятельной работы, концерты, выставки, творческие отчеты, соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ.

Срок реализации программы

Срок освоения программы – 4 года, в т.ч.:

- на репродуктивный уровне – 1 год,
- на продуктивном уровне – 2 года,
- на творческом уровне – 1 года.

Режим занятий

Программа реализуется следующим образом:

Занятия проводятся на протяжении всего учебного года за исключением выходных и праздничных дней: д

- 1 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа.
- 2-4 год обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Перерывы между академическими часами составляют 10 минут.

Периоды осенних, зимних и весенних каникул используются для проведения совместно с родителями обучающихся (по необходимости) внеаудиторных занятий: праздников, экскурсий в музеи, на творческие выставки, конкурсы, выступления и др.

Планируемые результаты освоения программы

По итогам обучения обучающиеся:

- Приобретут навыки исполнения элементов оздоровительной ритмики, классический экзерсис на станке и середине зала, основные элементы различных танцев.
- Разовьют выворотность, подвижность суставов, танцевальный шаг, легкость, укрепят костно-мышечный аппарат.
- Разовьют музыкальность, чувство ритма, внимание, память; разовьют навыки творческого подхода в танцевальной деятельности.
- Воспитают в себе навыки коллективного общения.
- Приобретут навыки поведения на сцене.
- Изучат истории хореографического искусств.

Формы подведения итогов реализации программы

Виды аттестации обучающихся:

Входной, промежуточный, итоговый:

- выполнение практического задания;
- опрос;
- тестирование (Приложение №1).

2. Матрица дополнительной общеобразовательной программы

Уровни	Операционно - деятельностный (практический).	Личностное развитие (качества личности, психофизические процессы).
Стартовый уровень	Владеет навыками исполнения базовых элементов для участия в этюдных формах танцевальных композиций. Выполняет деятельность с помощью педагога, опирается на описание действия или подсказку.	Наблюдаются: - незначительные изменения в развитии психофизических процессов, качеств личности; - слабый неустойчивый опыт необходимого поведения, который регулируется, в основном, требованиями педагога; Самоорганизация носит ситуативный характер.
Базовый уровень	Владеет основными терминами ритмики, правилами исполнения движений, проявляет активность, творчество при разработке и показе этюдов, танцевальных постановок. Выполняет практическую деятельность в стандартных ситуациях самостоятельно.	Наблюдаются: - видимые изменения в развитии психофизических процессов, качеств личности; - устойчивый опыт необходимого поведения. Самоорганизация проявляется в учебных ситуациях или специально спроектированных условиях. Проявляет инициативу в организации творческих дел в ансамбле.
Продуктивный уровень	Имеет прочные, полные и системные знания. Проявляет лидерскую позицию в репетиционном и постановочном процессе. Может исполнять роль репетитора в работе с младшей группой. Умеет работать самостоятельно, импровизирует.	Наблюдаются значительные изменения в развитии психофизических процессов. Устойчивое самостоятельное поведение становится качеством личности, проявляется в различных ситуациях вне зависимости от их характера.

3. Учебные планы и содержание учебных планов образовательной программы

Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной программы 1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий		Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	очно	дистанционно	
1	Вводное занятие	6	4	2	3	3	
2	Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ	4	4		2	2	Собеседование. Фронтальный опрос.
3	Постановка корпуса. Разминка	26		26	26		Наблюдение. Практическое занятие.
4	Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики	22		22	13	9	Наблюдение. Практическое занятие
5	Классический экзерсис	22	2	20	11	11	Наблюдение. Практическое занятие.
6	Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика	32	3	29	25	7	Наблюдение. Практическое занятие.
7	Современный танец.	20	2	18	18	2	Наблюдение. Практическое занятие.
8	Репетиционно-постановочная работа. Выступления	12		12	11	1	Практическое занятие.
	Всего	144	17	127	109	35	

Содержание программы

1-й год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Задачи раздела: знакомство с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год, познакомиться с внутренними правилами, формой одежды, техникой безопасности в зале.

1.1. ТБ при работе в зале Показ инвентаря.

- Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1.2. История развития хореографического искусства.

Раздел 2. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ

2.1. Инструктаж по ПДД

2.2. Инструктаж по ТБ:

Требования безопасности во время работы

Требования в аварийных ситуациях.

2.3. Инструктаж по ППБ:

- Основные причины пожара
- Основные правила пожарной безопасности.
- Особое внимание учащихся необходимо обратить на то, что нельзя делать при пожаре.

Раздел 3. «Постановка корпуса. Разминка»

Задачи раздела: научить учащихся правильно держать корпус, плечи и руки, научить различным движениям простой и сложной координации, создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, развить физические и танцевальные способности: пластичность мышц, скоростно-силовые качества, выносливость, устойчивость, координацию, артистичность, выработать устойчивые навыки правильно держать спину и позиции рук, научить правильно исполнять упражнения для рук и корпуса.

По итогам 1 года обучающийся

Знает: правильность одновременного исполнения упражнения на все группы мышц.

Умеет: владеть техникой красивой постановкой рук и ноги, исполнять махи ногами, исполнять основные шаги, исполнять прыжки.

Раздел 4. «Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики»

Задачи раздела: совершенствование психомоторных способностей: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость. Поддержание физических возможностей тела. Изучение основ дыхательной гимнастики.

Развитие творческих способностей занимающихся: развивать мышление, воображение; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, эмоциональности и творческой активности.

По итогам 1 года обучающийся

Знает: технику безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.

Умеет: исполнять основные гимнастические упражнения, простые акробатические элементы, выполнять оздоровительную дыхательную гимнастику, работать с мячом и скакалкой.

Раздел 5. «Классический экзерсис»

Задачи раздела: последовательное, целенаправленное приобретение учащимися навыков: правильная постановка корпуса, освоение позиций рук и ног, положение корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости, овладение техникой прыжков, вращений. Координация движений, пластичность корпуса и рук. Выразительность и музыкальность исполнения.

По итогам 1 года обучения обучающийся

Знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, позиции рук на середине и у станка, позиции ног на середине и у станка

Умеет: исполнять подготовительную, I, II, III позицию рук и I, II, III, IV, V позицию ног, исполнять demi-plié по I, II, III, V позициям, исполнять поклон, препарасьон.

Раздел 6. «Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика»

Задачи раздела: дать знания в области детского танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения, развивать в детях актерское мастерство. Развивать в учащихся понимание музыки.

По итогам 1 года обучения обучающийся

Знает: характерные особенности, сопровождаемые различной детской музыкой, переходы ног из позиции в позицию, работа рук с использованием координации.

Умеет: исполнять комбинации шагов с основными движениями, прыжки, повороты, простые танцевальные композиции.

Раздел 7. «Современный танец»

Задачи раздела: дать основные правила современного танца, изучив которые каждый воспитанник сможет свободно импровизировать.

Развивать физические данные, развивать творческие способности, научить свободно владеть своим телом, приобщить к мировой танцевальной и музыкальной культуре.

По данной программе изучение элементов современной хореографии начинается на 1 году обучения. Учащиеся должны будут пройти подготовку и получить первоначальные навыки в классическом экзерсисе, научиться держать спину, тянуть стопы, колени, координировать движения рук, ног, головы, корпуса. Все это позволяет ввести в обучение такие понятия как «contraction», «release» и сочетать движения на растяжение, сжатие и расслабление мышц.

По итогам 1 года обучения обучающийся

Знает: истоки современного танца, разделы, на которые делится урок, основные позиции ног и рук, терминологию изученных движений.

Умеет: трансформировать ранее изученные движения, исполнять комбинации на заданную музыкальную тему.

Раздел 8. «Репетиционно-постановочная работа. Выступления»

Задачи раздела: разучить танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец; воспитать в детях чувство коллективизма; подготовить учащегося к публичному выступлению.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков.

По итогам 1 года обучения обучающийся

Знает: танцевальную композицию, терминологию изученных движений.

Умеет: показать то, чему научился.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий		Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практи- ка	очно	дистанци- онно	
1	Вводное занятие	2	2		1	1	Собеседова- ние. Фронтальный опрос.
2	Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ	4	4		2	2	Собеседование. Фронтальный опрос.
3	Постановка корпуса. Разминка	32		32			Наблюдение. Практическое занятие.
4	Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики	38		38	32	6	Наблюдение. Практическое занятие.
5	Классический экзерсис	22	1	21	12	10	Наблюдение. Практическое занятие.
6	Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика	48	2	46	38	8	Наблюдение. Практическое занятие.
7	Народно - сценический танец	10		9	8	2	Наблюдение. Практическое занятие.
8	Современный танец	32	2	30	29	3	Наблюдение. Практическое занятие.
9	Репетиционно- постановочная работа. Выступления	28	1	27	22	6	Практическое занятие.
	Итого	216	12	204	178	38	

Содержание программы

2-й год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Задачи раздела: знакомство с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год, познакомиться с внутренними правилами, формой одежды, техникой безопасности в зале.

- 1.1.ТБ при работе в зале Показ инвентаря.
- Требования безопасности в аварийных ситуациях.

Раздел 2.Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ

- 2.1. Инструктаж по ПДД
- 2.2.Инструктаж по ТБ
- Требования безопасности во время работы
- Требования в аварийных ситуациях
- 2.3. Инструктаж по ППБ
- Основные причины пожара
- Основные правила пожарной безопасности
- Особое внимание учащихся необходимо обратить на то, что нельзя делать при пожаре.

Раздел 3. «Постановка корпуса. Разминка»

Задачи раздела: научить учащихся правильно держать корпус, плечи и руки, научить различным движениям простой и сложной координации, создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, развить физические и танцевальные способности: пластичность мышц, скоростно-силовые качества, выносливость, устойчивость, координацию, артистичность, выработать устойчивые навыки правильно держать спину и позиции рук, научить правильно исполнять упражнения для рук и корпуса.

По итогам 2 года обучающийся

Знает: правильность одновременного исполнения упражнения на все группы мышц, владеть техникой красивой постановкой рук и ног; знает как, выполнять простые и сложные шаги и прыжки.

Умеет: владеть техникой красивой постановкой рук; делать упражнения на все группы мышц; уметь выполнять простые и сложные шаги и прыжки.

Раздел 4. «Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики»

Задачи раздела: совершенствование психомоторных способностей: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость. Поддержание физических возможностей тела. Изучение основ дыхательной гимнастики.

Развитие творческих способностей занимающихся: развивать мышление, воображение; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, эмоциональности и творческой активности.

По итогам 2 года обучающийся

Знает: технику безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.

Умеет: исполнять основные гимнастические упражнения, простые акробатические элементы, выполнять дыхательную гимнастику, работать в партере, исполнять упражнения на выворотность, работать со скакалкой и мячом.

Раздел 5. «Классический экзерсис»

Задачи раздела: последовательное, целенаправленное приобретение учащимися навыков: правильная постановка корпуса, освоение позиций рук и ног, положение корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости, овладение техникой прыжков, вращений. Координация движений, пластичность корпуса и рук. Выразительность и музыкальность исполнения.

По итогам 2 года обучения обучающийся

Знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, знает восемь танцевальных точек в зале.

Умеет: делать перегиб корпуса, pordebras-(пор де бра) - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону; battements, demi- plie по I, II, III, V позициям, grand –plie по I, II позиции, releve, прыжки.

Раздел 6. «Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика»

Задачи раздела: дать знания в области детского танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения. Развивать в учащихся понимание музыки.

По итогам 2 года обучения обучающийся

Знает: рисуночные, игровые, сюжетные танцы, технику выполнения основных движений; правила исполнения основных движений оздоровительной ритмики; знает основные танцевальные формы и направления.

Умеет: выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца, исполнять повороты в комбинациях, более сложные танцевальные композиции.

Раздел 7. «Народно - сценический танец»

Задачи раздела: дать знания в области народного танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения.

Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.

По итогам 2 года обучения обучающийся

Знает: основы народно-сценические танца, правила исполнения основных движений, народного танца, терминологию изученных движений.

Умеет: выполнять этюды в народно – сценическом танце на заданную музыкальную тему, трансформировать ранее изученные движения, выполнять рисунок в народном танце: в парах, в тройках; в «цепочках»; в линиях и в колоннах; «воротца»; в диагоналях и в круге.

Раздел 8. «Современный танец»

Задачи раздела: дать опорные моменты, закономерности движения, основные правила современного танца, изучив которые каждый воспитанник сможет свободно импровизировать. Развивать физические данные, развивать творческие способности, научить свободно владеть своим телом, приобщить к мировой танцевальной и музыкальной культуре.

По итогам 2 года обучения обучающийся

Знает: основу современного танца, основные позиции ног и рук, терминологию изученных движений; знает основные танцевальные формы и направления.

Умеет: трансформировать ранее изученные движения, исполнять комбинации на заданную музыкальную тему.

Раздел 9. «Репетиционно-постановочная работа. Выступления»

Задачи раздела: данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков.

Разучивать танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец; воспитать в детях чувство коллективизма; подготовить учащегося к публичному выступлению.

По итогам 2 года обучения обучающийся

Знает: танцевальную композицию, терминологию изученных движений.

Умеет: показать то, чему научились.

**Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной программы
3-й год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятия		Формы Аттестации/ контроля
		всего	теория	практи- ка	очно	дистанци- онно	
1	Вводное занятие	2	2		1	1	Собеседование. Фронтальный опрос.
2	Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ	4	4		2	2	Собеседование. Фронтальный опрос.
3	Постановка корпуса. Разминка	14		14	14		Наблюдение. Практическое занятие.
4	Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики	20		20	14	6	Наблюдение. Практическое занятие.
5	Классический экзерсис	36	1	35	19	17	Наблюдение. Практическое занятие.
6	Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика	40	1	39	34	6	Наблюдение. Практическое занятие.
7	Народно - сценический танец	34	1	33			Наблюдение. Практическое занятие.
8	Современный танец	38	1	37	35	3	Наблюдение. Практическое занятие.
9	Репетиционно- постановочная работа. Выступления	28		28	23	5	Практическое занятие. Творческий праздник.
	Итого	216	10	206	170	46	

Содержание программы 3-й год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Задачи раздела: знакомство с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год, познакомиться с внутренними правилами, формой одежды, техникой безопасности в зале.

- 1.1.ТБ при работе в зале Показ инвентаря.
- Требования безопасности в аварийных ситуациях
- Требования безопасности по окончании занятий

Раздел 2.Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ

- 2.1. Инструктаж по ПДД
- 2.2.Инструктаж по ТБ
- Требования безопасности во время работы
- Требования в аварийных ситуациях.
- 2.3. Инструктаж по ППБ
- Основные причины пожара
- Основные правила пожарной безопасности
- Особое внимание учащихся необходимо обратить на то, что нельзя делать при пожаре.

Раздел 3. «Постановка корпуса. Разминка»

Задачи раздела: научить учащихся правильно держать корпус, плечи и руки, научить различным движениям простой и сложной координации, создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, развить физические и танцевальные способности: пластичность мышц, скоростно-силовые качества, выносливость, устойчивость, координацию, артистичность, выработать устойчивые навыки правильно держать спину и позиции рук, научить правильно исполнять упражнения для рук и корпуса.

По итогам 3 года обучающийся

Знает: правильность одновременного исполнения упражнения на все группы мышц, как владеть техникой красивой постановкой рук, корпуса и ног; знать упражнения для плечевого пояса и головы, на грудной и поясничный отдел; знать, как выполнять прыжки и шаги.

Умеет: владеть техникой красивой постановкой рук; делать упражнения на все группы, уметь делать простые и сложные прыжки и шаги.

Раздел 4. «Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики»

Задачи раздела: совершенствование психомоторных способностей: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость. Поддержание физических возможностей тела. Изучение основ дыхательной гимнастики.

Развитие творческих способностей занимающихся: развивать мышление, воображение; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, эмоциональности и творческой активности.

По итогам 3 года обучающийся

Знает: технику безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений; технику оздоровительной дыхательной гимнастики.

Умеет: исполнять основные гимнастические упражнения, простые акробатические элементы, выполнять дыхательную гимнастику, работать в партере, исполнять упражнения на выворотность.

Раздел 5. «Классический экзерсис»

Задачи раздела: последовательное, целенаправленное приобретение учащимися навыков: правильная постановка корпуса, освоение позиций рук и ног, положение корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости, овладение техникой прыжков, вращений. Координация движений, пластичность корпуса и рук. Выразительность и музыкальность исполнения.

По итогам 3 года обучения обучающийся

Знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, знает восемь танцевальных точек в зале, знают понятие направлений en dehors и en dedans.

Умеет: делать battements, demi-plie по I, II, III, V позициям, grand-plie по I, II, III, V позиции, releve, прыжки, умеют делать en de-hors и en dedans, изучают rond de jambe par terre, изучают движение на координацию.

Раздел 6. «Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика»

Задачи раздела: дать знания в области детского танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения, развивать в детях актерское мастерство.

Развивать в учащихся понимание музыки.

По итогам 3 года обучения обучающийся

Знает: рисуночные, игровые, сюжетные танцы, технику выполнения основных движений.

Умеет: выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца, исполнять повороты в комбинациях, более сложные танцевальные композиции.

Раздел 7. «Народно - сценический танец»

Задачи раздела: дать знания в области народного танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения.

Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.

По итогам 3 года обучения обучающийся

Знает: основы народно-сценические танца, правила исполнения основных движений, народного танца, терминологию изученных движений.

Умеет: выполнять более сложные народные танцевальные этюды, трансформировать ранее изученные движения, исполнять этюды на заданную музыкальную тему; выполнять рисунок в народных танцах: парах; в тройках; в «цепочках»; в линиях и в колоннах; «воротца»; в диагоналях и в круге; «карусель»; «корзиночка»; «прочесы». Организованно строиться (быстро, четко, точно).

Раздел 8. «Современный танец»

Задачи раздела: дать опорные моменты, закономерности движения, основные правила современного танца, изучив которые каждый воспитанник сможет свободно импровизировать. развивать физические данные, развивать творческие способности, научить свободно владеть своим телом, приобщить к мировой танцевальной и музыкальной культуре.

По итогам 3 года обучения обучающийся

Знает: основы современного танца, разделы, на которые делится урок, основные позиции ног и рук, правила исполнения основных движений современного танца, терминологию изученных движений; знать основные танцевальные формы и направления.

Умеет: трансформировать ранее изученные движения, исполнять комбинации на заданную музыкальную тему.

Раздел 9. «Репетиционно-постановочная работа. Выступления»

Задачи раздела: данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков. Разучить танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец; воспитать в детях чувство коллективизма; подготовить учащегося к публичному выступлению.

По итогам 3 года обучения обучающийся

Знает: танцевальную композицию, терминологию изученных движений.

Умеет: показать то, чему научились.

**Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной программы
4-й год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятия		Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практи- ка	очно	дистанци- онно	
1	Вводное занятие	2	2		1	1	Собеседование. Фронтальный опрос.
2	Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ	4	4		2	2	Собеседование Фронтальный опрос.
3	Постановка корпуса. Разминка	14		14	14		Наблюдение. Практическое занятие.
4	Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики	18		18	12	6	Наблюдение. Практическое занятие.
5	Классический экзерсис	32	1	31	17	15	Наблюдение. Практическое занятие.
6	Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика	34		34	29	5	Наблюдение. Практическое занятие.
7	Народно - сценический танец	38	1	37	33	5	Наблюдение. Практическое занятие.
8	Современный танец	46	1	45	44	2	Наблюдение. Практическое занятие.
9	Репетиционно- постановочная работа. Выступления	28		28	22	6	Практическое занятие. Творческий праздник.
	Итого	216	8	208	174	42	

Содержание программы 4-й год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Задачи раздела: знакомство с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год, познакомиться с внутренними правилами, формой одежды, техникой безопасности в зале.

- 1.1. ТБ при работе в зале Показ инвентаря.
- Требования безопасности в аварийных ситуациях.
- 1.2. История развития хореографического искусства.

Раздел 2. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ

- 2.1. Инструктаж по ПДД
- 2.2. Инструктаж по ТБ:
 - Требования безопасности во время работы
 - Требования в аварийных ситуациях.
- 2.3. Инструктаж по ППБ:
 - Основные причины пожара
 - Основные правила пожарной безопасности.
 - Особое внимание учащихся необходимо обратить на то, что нельзя делать при пожаре.

Раздел 3. «Постановка корпуса. Разминка»

Задачи раздела: научить учащихся правильно держать корпус, плечи и руки, научить различным движениям простой и сложной координации, создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, развить физические и танцевальные способности: пластичность мышц, скоростно-силовые качества, выносливость, устойчивость, координацию, артистичность, выработать устойчивые навыки правильно держать спину и позиции рук, научить правильно исполнять упражнения для рук и корпуса.

По итогам 4 года обучающийся

Знает: правильность одновременного исполнения упражнения на все группы мышц, как владеть техникой красивой постановкой рук, корпуса и ног; знать упражнения для плечевого пояса и головы, на грудной и поясничный отдел; знать, как выполнять прыжки и шаги.

Умеет: владеть техникой красивой постановкой рук; делать упражнения на все группы, уметь делать простые и сложные прыжки и шаги.

Раздел 4. «Основы гимнастики. Партерная гимнастика. Основы дыхательной гимнастики»

Задачи раздела: совершенствование психомоторных способностей: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость. Поддержание физических возможностей тела. Изучение основ дыхательной гимнастики.

Развитие творческих способностей занимающихся: развивать мышление, воображение; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, эмоциональности и творческой активности.

По итогам 4 года обучающийся

Знает: основные танцевальные формы и направления, технику безопасности при исполнении гимнастических и акробатических упражнений.

Умеет: исполнять основные гимнастические упражнения, простые акробатические элементы, выполнять дыхательную гимнастику, работать в партере, исполнять упражнения на выворотность, выполнять более сложные танцевальные композиции.

Раздел 5. «Классический экзерсис»

Задачи раздела: последовательное, целенаправленное приобретение учащимися навыков: правильная постановка корпуса, освоение позиций рук и ног, положение корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости, овладение техникой прыжков, вращений. Координация движений, пластичность корпуса и рук. Выразительность и музыкальность исполнения.

По итогам 4 года обучения обучающийся

Знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, знает восемь танцевальных точек в зале, знают понятие направлений en de-hors и en dedans.

Умеет: делать battements, demi-plie по I, II, III, V позициям, grand-plie по I, II, III, V позиции, releve, прыжки, умеют делать en de-hors и en dedans, изучают rond de jambe par terre, изучают движение на координацию.

Раздел 6. «Играя, танцуем. Детский танец. Ритмика»

Задачи раздела: дать знания в области детского танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения, развивать в детях актерское мастерство.

Развивать в учащихся понимание музыки.

По итогам 4 года обучения обучающийся

Знает: рисуночные, игровые, сюжетные танцы, технику выполнения основных движений.

Умеет: выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца, исполнять повороты в комбинациях, более сложные танцевальные композиции.

Раздел 7. «Народно - сценический танец»

Задачи раздела: дать знания в области народного танца, и на их основе научить учащихся понимать характер и особенности танца.

Научить понимать стиль исполнения каждого танца, обращая внимание не только на технику исполнения, но и на эмоциональность, выразительность, умение доносить до зрителя особенности каждого движения.

Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.

По итогам 4 года обучения обучающийся

Знает: основы народно-сценические танца, правила исполнения основных движений, народного танца, терминологию изученных движений.

Умеет: выполнять более сложные народные танцевальные этюды, трансформировать ранее изученные движения, исполнять этюды на заданную музыкальную тему; выполнять рисунок в народных танцах: парах; в тройках; в «цепочках»; в линиях и в колоннах; «воротца»; в диагоналях и в круге; «карусель»; «корзиночка»; «прочесы». Организованно строиться (быстро, четко, точно).

Раздел 8. «Современный танец»

Задачи раздела: дать опорные моменты, закономерности движения, основные правила современного танца, изучив которые каждый воспитанник сможет свободно импровизировать.

Развивать физические данные, развивать творческие способности, научить свободно владеть своим телом, приобщить к мировой танцевальной и музыкальной культуре.

Учащиеся должны будут пройти подготовку и получить первоначальные навыки в классическом экзерсисе, научиться держать спину, тянуть стопы, колени, координировать движения рук, ног, головы, корпуса. Все это позволяет ввести в обучение такие понятия как «contraction», «release» и сочетать движения на растяжение, сжатие и расслабление мышц.

По итогам 4 года обучения обучающийся

Знает: истоки оздоровительной ритмики и современного танца, разделы, на которые делится урок, основные позиции ног и рук, правила исполнения основных движений оздоровительной ритмики, терминологию изученных движений.

Умеет: выполнять более сложные танцевальные композиции, трансформировать ранее изученные движения, исполнять комбинации на заданную музыкальную тему.

Раздел 9. «Репетиционно-постановочная работа. Выступления»

Задачи раздела: данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков. Разучить танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец; воспитать в детях чувство коллективизма; подготовить учащегося к публичному выступлению.

По итогам 4 года обучения обучающийся

Знает: танцевальную композицию, терминологию изученных движений.

Умеет: показать то, чему научились.

4. Комплекс организационно-педагогических условий

Организационно – педагогические условия реализации программы

Занятия оздоровительной ритмики и хореографии должны проходить в просторном, проветренном классе. При занятиях зеркало помогает обучающимся проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальному образованию детей.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

Для эффективной работы необходимо использовать пример педагога, использование фонотеки, кассеты с записью музыкальных композиций, видеоматериал, наглядные пособия в виде стендов с рисунками, изображающими позиции ног и рук, использование интернет технологий.

Материально-техническое оснащение:

- наличие хореографического класса;
- наличие информационного обеспечения – аудио-, видео-, фото-, интернет источников;
- наличие музыкальных носителей;
- наличие необходимого подручного оборудования и формы одежды для занятия ритмикой и хореографией.

Формы аттестации / контроля

Формы аттестации / контроля предназначены для определения результативности освоения программы «Импульс», отражают цели и задачи программы и позволяют выявить соответствие результатов обучения поставленным целям и задачам. Кроме того, эти формы выбираются в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, ориентированные на поддержку успешности ребенка, оценки его практической деятельности.

В процессе реализации образовательной программы используются следующие формы контроля:

- наблюдение;
- практическое занятие;
- зачёт по акробатике;
- собеседование;
- сюжетно-ролевые игры;

- тестирование;
- фронтальный опрос;
- проведение викторины;
- конкурсы внутри коллектива;
- анализ выступлений;
- презентация итогов творческой деятельности;
- творческий праздник;
- концертный номер;
- отчётный концерт.

В процессе реализации образовательной программы используются следующие формы аттестации:

- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация по окончании освоения образовательного уровня.

Оценочные материалы

Одним из главных способов проверки достигнутых результатов является мониторинг качества образовательной подготовки и личностного развития обучающихся.

Педагог путём организации специальных форм аттестации/контроля производит оценивание и заполняет «Индивидуальную карту результатов обучения и личностного развития», констатируя соответствующие уровни: 5 - высокий, 4 - средний, 3 - низкий.

Критерии оценки знаний, умений и навыков:

Низкий уровень обучения:

- устойчивая мотивация только в некоторой части занятия;
- отказ выполнять некоторые самостоятельные задания;
- отказ работать в группе;
- стеснение высказываний перед группой;
- низкая скорость выполнения упражнений.

Средний уровень обучения:

- положительная мотивация к занятию;
- увлеченность при выполнении заданий;
- испытывание затруднений при выполнении самостоятельных заданий;
- не активен в работе малых групп;
- стеснение на показательных выступлениях;
- средняя скорость выполнения упражнений.

Высокий уровень обучения:

- устойчивая мотивация к занятиям;
- активность и увлеченность при выполнении заданий;
- творческий подход к выполнению всех заданий, упражнений, изученных за определенный период обучения;
- высокая скорость выполнения упражнений.

Работа с родителями

Основными формами работы с родителями для реализации программы является:

- Рекомендации по индивидуальному обучению ребенка.
- Индивидуальные беседы с родителями.
- Родительские собрания.
- Дни открытых дверей.
- Совместные мероприятия с родителями.

Методическое обеспечение программы

1. Авторские методики:

- разработка репертуарного плана по годам обучения;
- описание отдельных занятий;

2. Учебно-иллюстративный материал:

видео материал лучших образцов хореографического исполнительства в разных стилях;

- подборка музыкального материала для постановки концертных номеров;

3. Материалы для проверки усвоения дополнительной образовательной программы:

- контрольные вопросы;
- творческие задания;

Материалы по теории предмета:

- методическая литература по профилю;
- литература для воспитанников;

Материалы по результатам освоения программы:

- перечень творческих достижений;
- фото- и видеолетопись вокально-хореографической студии;
- медиатека.

Методическая работа

- Разработка хореографических постановок.
- Мониторинг образовательного процесса.
- Посещение занятий педагогов других объединений с целью обмена опытом.

5. Список литературы

1. Базаров, Н-Мей В. Азбука классического танца / Н.П. Базаров. – Л.: Искусство, 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Айрис-Пресс/Рольф.Москва, 2001.- (Внимание:дети!).
3. Ерохина, О.В. Школа танцев для детей / О.В. Ерохина. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – (Мир вашего ребенка).
4. Звёздочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
5. Красовская, В. М. Русский балетный театр начала XX века. Хореографы / В.М. Красовская. - М.: Лань, Планета музыки, 2009. - 656 с.
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Издательство «Искусство» Ленинградское отделение 1968.
7. Лисицкая Т.С. Ритмическая гимнастика. Москва «Физкультура и спорт», 1985.
8. Тарасов Н.И., Классический танец. Лань. Санкт-Петербург-Москва-Краснодар, 2005.

Интернет-ресурсы

<http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка);
<http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров);
<http://www.ballet.classical.ru/> (Маленькая балетная энциклопедия);
<https://baletnik.nethouse.ru/> (Сборники А. Стрельниковой)
<http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)
http://www.compozitor.spb.ru/catalog/?ELEMENT_ID=22793(сборник по хореографии)

6. Тесты, определяющие хореографические возможности учащихся.

При приеме детей в объединение «Импульс», для занятий ритмикой и хореографией, необходимо определять физические данные. В объединение «Импульс» не принято вести отбор воспитанников, я провожу этот тест в конце первого полугодия и конце учебного года, чтобы определить насколько повысился уровень подготовки детей. В данной методической разработке предложены тесты, определяющие хореографические возможности учащихся. Тесты можно использовать для детей младшего и среднего возраста.

1. Определение внешних сценических данных.

Определяются хореографические данные, такие как выворотность ног, величина шага, подъем стопы, гибкость тела, прыжок.

Выворотность ног – это способность поворачивать верхнюю часть ноги в тазобедренном суставе вокруг оси так, чтобы колено, голень и стопа свободно поворачивались наружу. Такая выворотность зависит от свободной подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра и связок, от неглубокой впадины таза и маленькой продолговатой головки бедренной кости. Кроме того, педагог определяет и пассивную выворотность, то есть выявляет степень запаса выворотности для возможного ее развития в процессе обучения.

Подъем стопы – это внешняя выраженность продольного свода стопы и возможность хорошо вытянуть стопу вместе с пальцами. Стопа должна выводиться в одну линию с голенью при высокой степени подвижности в голеностопном суставе и пальцах.

Гибкость тела – это способность свободно максимально прогнуться назад. Прогиб совершается за счет верхних поясничных и нижних грудных позвонков.

Величина шага – это степень подвижности тазобедренных суставов и позвоночного столба. Кроме того, она зависит от эластичности мышц. Критерием величины шага является угол поднятой ноги не ниже 90° для мальчиков, и выше 90° для девочек.

Прыжок – это способность высокого отталкивания – баллон, который зависит от подвижности суставов нижних конечностей, а также от функциональных возможностей мышц ног. Мягкость приземления характеризует эластичность трехглавой мышцы голени и пяточного сухожилия, а также плотно прижатые пятки к полу при низком приседании. Отсутствие каких-либо хореографических сценических признаков не является еще основанием для отказа в приеме в коллектив. Следует учитывать еще и музыкальные и танцевальные возможности ребенка.

2. Музыкальные, ритмические, танцевальные способности.

Эмоциональность и темперамент имеют большое значение для будущего исполнителя и его сложной психолого-эмоциональной сценической деятельности. Индивидуальные способности зависят от свойств нервных процессов: возбуждения, торможения, их силы, уравновешенности и подвижности. Скорость развития музыкальных способностей зависит от темперамента и степени одаренности ребенка. Предлагаются простые способы выявления этих данных: маршировка под музыку, ритм и темп которой время от времени меняется, импровизация танца или ритмического рисунка под музыку. Определение этих способностей имеет значение для артистизма и танцевальности будущих исполнителей.

3.Актёрское мастерство.

Рассмотрев индивидуальные способности детей, нужно будет развить творческие способности, мышление, воображение, выразительность и эмоциональность. Привить приемы актёрского мастерства и в дальнейшем воплотить их в сценической деятельности, сохраняя и развивая естественность и непосредственность детей.

4.Медицинские показатели.

Для успешного обучения хореографическому искусству необходимо хорошее физическое здоровье, а также наличие функциональных возможностей тела. Предъявляется медицинская справка от врача-терапевта о состоянии здоровья ребенка или Профессионально заниматься хореографическим искусством могут дети, не имеющие тяжелых хронических заболеваний внутренних органов и психических расстройств.

План – тестирование хореографических способностей детей

Критерии отбора	Проверка действий	Пояснения и рекомендации
1 этап. Хореографические данные (опрос)		
1. Подъем стопы	Вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой	Не развитая стопа будет сковывать амплитуду прыжка и других движений. Для развития гибкости ступни необходимо выполнять специальные упражнения.
2. Выворотность в стопе	Выполнить 1,4,5 позиции ног, battement tendu.	Отсутствие выворотности, неподвижность голеностопного сустава может привести к травме. При выполнении позиций все пальцы должны плотно прилегать к полу.
3. Выворотность в колене	Выполнить demi- plie, grand- plie	Не выворотность колена при исполнении прыжков ведет к травме. Развивается специальными упражнениями.
4. Выворотность в бедре	Выполнить demi-plie, grand- plie, rond de jambe par terre, «лягушка» лежа на спине и животе	Упражнение «лягушка» следует выполнять осторожно с нажимом на колени. Отсутствие выворотности бедра не позволит правильно и красиво выполнить позы классического танца. Развивается с помощью специальных упражнений.
5. Величина шага	Выполнить releve lent во всех направлениях с удержанием ноги на максимальной высоте.	Нога должна идти свободно без усилий и боли, связки должны эластично растягиваться. Специальные упражнения увеличивают растяжку шага.

6. Гибкость корпуса	Выполнить перегибы корпуса во все направления.	Верхняя часть корпуса перегибается легко и свободно, с устойчивым равновесием в нижней части корпуса. Идеальная гибкость не обязательна.
7. Прыжок	Выполнение прыжков на 2 ногах на максимальную высоту	Необходимо добиваться вытягивания корпуса и коленей в воздухе, полного опускания пяток на пол при приземлении, отталкивание производить всей ступней.
2 этап. Музыкальные данные		
1. Музыкальный слух	Исполнить песню, громкого и тихого звучания	Отсутствие слуха затруднит обучение хореографическому искусству.
2. Ритм	Выполнить ритмическую хлопушку руками, ногами, выполнение движения с музыкой и изменением темпа	Отсутствие ритмических способностей препятствует изучению хореографии, развитию не поддается.
3 этап. Артистичность и выразительность		
1. Мимика лица. Эмоции	Выполнение образных движений, выражение чувств лицом, рассказ стихотворения с выражением.	Все дети естественны и непосредственны. Это необходимо сохранять и развивать.
2. Выразительность	Импровизация на заданную тему, выполнение поклона на «бис».	Внутреннее раскрепощение ребенка – основная задача педагога для развития выразительности.
4 этап. Медицинские показания.		

Контрольный опросник знаний, умений, навыков компетентностей обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Импульс».

1-й год обучения (декабрь)	1-й год обучения (май)
<p>1. Хореография это:</p> <p>а) изобразительное искусство в) актерское искусство с) музыкальное искусство д) вокальное искусство е) искусство танца</p> <p>2. Что такое танец:</p> <p>а) это – вид народного творчества б) это – выразительные движения человеческого тела в) это – основной язык балета</p> <p>3. Назовите все виды танца:</p> <p>а) классический, народный б) классический, историко-бытовой в) классический, народный, историко - бытовой</p> <p>4. Нагрузка на разные группы мышц в течение урока должна быть:</p> <p>а) нагрузки не должно быть б) неравномерной в) облегченной г) равномерной д) усиленной</p> <p>5. Сколько позиций рук в классическом танце:</p> <p>а) 2; б) 4; в) 3.</p> <p>6. Принцип изучения комбинации:</p> <p>а) от сложного к простому б) только типичные элементы в) только сложные элементы г) только простые элементы д) от простого к сложному</p> <p>7. Международный день танца:</p> <p>а) 30 декабря; б) 29 апреля; в) 28 мая.</p> <p>8. Большой вклад в развитие русской танцевальной культуры внесли:</p> <p>а) скоморохи в) феодалы с) рабочие д) крестьяне е) дворяне</p>	<p>1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:</p> <p>а) станок б) палка в) обруч г) удерживающее устройство</p> <p>2. Как с латинского переводится «классический»:</p> <p>а) вежливый б) серьезный в) образцовый</p> <p>3. Сколько позиций рук в классическом танце:</p> <p>а) 3 б) 4 в) 6</p> <p>4. К какой национальности относиться танец «Хоровод»:</p> <p>а) русской б) татарской в) белорусской</p> <p>5. Обувь балерины:</p> <p>а) балетки б) джазовки в) пуанты</p> <p>6. Сколько точек направления в танцевальном классе:</p> <p>а) 7; б) 6; в) 8.</p> <p>7. Как называется женский поклон в историко-бытовом танце:</p> <p>а) реверанс б) rperagation (препрасьён) в) тур</p> <p>8. Сколько основных позиций ног существует в классическом танце:</p> <p>а) 3 в) 4 с) 6 д) 7</p>

Контрольный опросник знаний, умений, навыков компетентностей обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Импульс».

2-й год обучения (декабрь)	2-й год обучения (май)
----------------------------	------------------------

<p>1. Как называется балетная юбка:</p> <p>а) пачка б) зонтик в) карандаш</p> <p>2. К каким видам танца относятся эти движения <i>demi-plie</i> (дэми-плие), <i>releve</i> (рэливэ):</p> <p>а) классический танец б) народный танец в) современный г) историко-бытовой танец:</p> <p>3. Preparation (препрасьён) это:</p> <p>а) прохождение рук через основные позиции б) подготовительное упражнение перед движением в) наклоны корпуса</p> <p>4. Battement tendu это:</p> <p>а) бросковое движение натянутой ноги б) отведение и приведение натянутой ноги в) круг ногой по полу</p> <p>5. Народный танец это:</p> <p>а) танец несущий соревнование б) выразительные движения человеческого тела в) древнейший вид народного искусства танец созданный народом и исполняемый в быту</p> <p>6. Как с французского языка переводится слово <i>demi-plie</i>:</p> <p>а) полуприседание+ б) приседание в) полное приседание</p> <p>7. Подчеркни, что здесь лишнее:</p> <p>а) полька б) менуэт в) скрипка г) полонез</p> <p>8. Партер это:</p> <p>а) прыжки б) движения на полу в) движения на полупальцах</p> <p>9. Первая позиция ног:</p> <p>а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны в) стопы вместе</p> <p>10. Одно из наиболее ранних проявлений танца:</p> <p>а) брейк-данс б) джаз танец в) балет г) историко-бытовой танец д) вальс</p>	<p>1. Международный день танца?</p> <p>а) 30 декабрь б) 29 апреля в) 28 мая</p> <p>2. Port de brase (порт дэ бра) это:</p> <p>а) подготовительное упражнение б) медленное прохождение рук через основные позиции в) комбинация из целой серии слитных, взаимосвязанных движений</p> <p>3. Подготовительное движение для исполнения упражнений:</p> <p>а) реверанс б) поклон в) preparation</p> <p>4. Основоположница танца модерн</p> <p>а) А. Дункан б) Г. Адамова в) А. Павлова г) Е. Гельцер д) Т. Карсавина</p> <p>5. Подчеркни, что здесь лишнее:</p> <p>а) китайский танец б) русский танец в) вальс г) белорусский танец</p> <p>6. К какому виду танца относится Вальс:</p> <p>а) историко-бытовой танец б) классический танец в) танец модерн г) народный танец</p> <p>7. К какому танцу относятся эти движения «переменный шаг», «припадание»:</p> <p>а) народный танец б) современный танец в) классический танец</p> <p>8. Что означает en face:</p> <p>а) спиной к зрителям б) лицом к зрителям</p> <p>9. Реверанс это:</p> <p>а) поклон дамы б) поклон кавалера</p> <p>10. Пятая позиция ног:</p> <p>а) Ступни выворотом примыкают одна к другой, носок одной ноги соприкасается с пяткой другой б) Ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длине ступни в) Ступни соприкасаются, закрывая друг друга на половину своей длины г) Ступни соединены пятками, образуя одну линию</p>
--	---

Контрольный опросник знаний, умений, навыков компетентностей обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Импульс».

3-й год обучения (декабрь)	3-й год обучения (май)
<p>1. Что такое партерная гимнастика: а) гимнастика на полу б) гимнастика у станка в) гимнастика на улице</p> <p>2. Port de brase (порт дэ бра) это: а) подготовительное упражнение б) медленное прохождение рук через основные позиции в) комбинация из целой серии слитных, взаимосвязанных движений</p> <p>3. «Припадание» к какому виду танца относится: а) классический танец б) народный танец в) историко-бытовой танец</p> <p>4. Как раньше назывался классический танец: а) «серьезный», «благородный», «академический» б) «строгий», «серьезный» в) «веселый», «благородный», «академический»</p> <p>5. Подчеркни, что здесь лишнее: а) demi-plié б) battement fondu в) гармошка г) port de brase</p> <p>6. Народный танец это: а) это танец несущий соревнование б) выразительные движения человеческого тела в) древнейший вид народного искусства, танец созданный народом и исполняемый в быту</p> <p>7. К какому виду танца относится вальс: а) классический танец б) народный танец в) историко-бытовой танец г) бальный танец</p> <p>8. Что такое танец: а) это – вид народного творчества б) это – выразительные движения человеческого тела в) это – основной язык балета</p> <p>9. Год основания ансамбля народного танца Игоря Моисеева: а) 1947 б) 1937 в) 2007</p> <p>10. В какой стране зародилось танцевальное направление «хип-хоп»: США Россия Бразилия Индия</p>	<p>1. Как с греческого переводится «хореография»: а) писать танец б) последовательное выполнение движений в) выразительность</p> <p>2. Бросковое движение натянутой ноги это: а) battement fondu (батман фондю) б) battement jete (батман жетэ) в) battement tendu (ватман тандю)</p> <p>3. Что выражает народный танец: а) красоту каждого народа б) стиль и манеру исполнения каждого народа в) манеру каждого народа</p> <p>4. К технике вращения относятся: а) шене б) винт в) бегунок</p> <p>5. Музыкальный размер вальса: а) 2/4 б) 3/4 в) 4/4</p> <p>6. Историко-бытовой танец это: а) хороводный танец б) танец прошлых времен в) вид народного творчества</p> <p>7. Какое танцевальное направление является основой любого танца: а) хип-хоп б) хаус в) джаз г) классический танец</p> <p>8. Танец модерн: а) исторически сложившиеся система выразительных средств хореографии б) одно из направлений современной зарубежной хореографии в) эстрадная хореография</p> <p>9. Направление движения или поворота к себе, во внутрь: а) en dehors; б) en dedans; в) rond.</p> <p>10. Родина Вальса: а) Польша б) Россия в) Вена</p>

Контрольный опросник знаний, умений, навыков компетентностей обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Импульс».

4-й год обучения (декабрь)	4-й год обучения (май)
----------------------------	------------------------

<p>1. Как с латинского переводится «классический»: а) вежливый б) серьезный в) образцовый</p> <p>2. Расставь правильно буквы к переводу этих движений: а) battement fondu (батмантандю) движение с большим б) rond de jambe a terre (тающее, текучее движение (ронд дэ жамб пар терр) в) grand battement (гранд батманжетэ) круг ногой по полу.</p> <p>3. Народный танец это: а) это танец несущий соревнование б) выразительные движения человеческого тела в) древнейший вид народного искусства, танец созданный народом и исполняемый в быту</p> <p>4. Подчеркнуть, что здесь лишнее: а) венгерский танец б) вальс в) греческий танец г) русский танец д) партер</p> <p>5. Музыкальный размер вальса: а) 2/4 б) 3/4 в) 4/4</p> <p>6. К какому виду танца относится «Сиртаки»: а) классический танец б) народный танец в) историко-бытовой танец г) бальный танец</p> <p>7. Preparation (препарсьён) это: а) поклон б) подготовительное упражнение перед движением в) подъем на полупальцы</p> <p>8. Танец Модерн это: а) исторически сложившиеся система выразительных средств хореографии б) одно из направлений современной зарубежной хореографии в) эстрадная хореография</p> <p>9. Классический танец это: а) исторически сложившиеся система выразительных средств хореографии б) танец созданный на народной основе в) выразительные движения человеческого тела</p> <p>10. Историко-бытовой танец это: а) хороводный танец б) танец прошлых времен</p>	<p>1. Расставь правильно буквы к переводу этих движений: а) petit battement (пти батман) тающее, текучее движение б) battement fondu (батманфондю) ударяющий батман в) battement frappé (батман фроппе) маленький батман, на уровне щиколотки</p> <p>2. «Кадриль»- это а) молдавский танец б) греческий танец в) русский танец</p> <p>3. Подчеркнуть, что здесь лишнее: а) испанский танец б) вальс в) цыганский танец</p> <p>4. Вращение по диагонали (подчеркнуть правильный ответ): а) «блинчики» б) шене в) обертас г) бегунок</p> <p>5. Основные движения испанского танца: а) glissad б) соскоки в) plie г) выстукивания</p> <p>6. Подчеркни, что здесь лишнее: а) ча-ча-ча б) румба в) французская кадриль</p> <p>7. Допишите разделы, которые входят в урок танца модерн: а) разогрев б) изоляция в) г) adagio д)</p> <p>8. Streh это: а) растяжка б) выпад в) наклон</p> <p>9. Координация это: а) согласованность работы рук, ног, головы, корпуса б) подготовительное упражнение в) одновременная работа рук и ног</p> <p>10. Что такое танец: а) это – вид народного творчества б) это – выразительные движения человеческого тела</p>
---	---