



ПАВЛОВСКАЯ  
ГИМНАЗИЯ

НЕГОСУДАРСТВЕННАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ПАВЛОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ»

**Утверждено**

Приказом директора  
АНО «Павловская гимназия»  
№ 219-АДМ от 31.08.2023 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности  
«Современный танец» (базовый уровень)**

Возраст обучающихся: 8 - 15 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:

Солнцев Ярослав Александрович

педагог дополнительного образования

**Рассмотрено**

на заседании методического совета

31 августа 2023 года

АНО «Павловская гимназия» | +7 (495) 727 34 00  
gimnaz@pavlovo-school.ru | pavlovo-school.ru

143581, Московская область, г. о. Истра,  
дер. Веледниково, ул. Живописная, д. 136

ОГРН 1075000009138 ОКПО 81678729 ИНН/КПП 5017072612/ 501701001

2023

### ***Пояснительная записка.***

Ритмы современной жизни как ритмы современных спортивных танцев. Высокая скорость, быстрый темп, непрерывное стремительное движение к совершенству... А сколько энергии необходимо для участия в этом безумном круговороте каждодневных событий?! Где в повседневной жизни черпать энергию для этого движения??? Конечно же, в современных танцах. Поэтика жанра, эмоциональный настрой, характер танцевальных движений диктуются самой улицей, её мощными пульсирующими энергетическими потоками. Жизнь кипит, меняются люди, а вместе с ними и их пристрастия. Постоянно необходимо удерживаться на гребне волны, держать руку на пульсе, быть модным, стильным, совершенным и безупречным, дабы не дать жизни потопить и утащить себя на дно. Современный ребёнок уже с самого раннего возраста начинает испытывать все влияния окружающей среды на себе, воспринимает происходящее вокруг гораздо более чутко, нежели мы взрослые. Дети взрослеют теперь быстрее, и их планка требований от жизни и от самих себя поднимается всё выше. Динамичный и стремительно развивающийся современный танец живёт в рамках этой жизни, находится на уровне планки интересов и желаний, и тем самым даёт молодому поколению возможность держаться на волне, развиваться, самовыражаться, чувствовать ритмы и не бояться угнать.

Одним словом – ЖИТЬ И ТВОРИТЬ!

Но в таких условиях жизни каждому из нас необходима постоянная эмоциональная разрядка и подпитка новой позитивной энергией, а уж хрупкой и молодой психике ребёнка и вовсе необходима, как воздух. Поэтому, придя в танцевальный зал, обучающийся должен иметь возможность проявить себя, направить энергию в работу над собой, своим телом, своим совершенством, а уже полученный результат даст заряд положительной энергии для нового дня.

### ***Актуальность, педагогическая целесообразность.***

Актуальность проблем художественной направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации Российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественной направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью ее теоретического осмысления и верного практического решения.

Занятия в студии способствуют социальной активности ребенка, здесь он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. Основной направленностью занятий в танцевальной студии является подготовка репертуара и выступлений на концертных и конкурсных площадках. Каждое хореографическое произведение или сценическая композиция, осваиваемая в учебном курсе, требует от обучающихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец», художественной направленности, разработана в соответствии с основными законодательными и нормативными актами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. «Концепция развития дополнительного образования детей». Распоряжение правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
5. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 № 467
6. Положение о рабочих программах дополнительного образования АНО «Павловская гимназия»

Учебная программа «Современный танец» ориентирована на детей школьного возраста 7-15 лет. Срок реализации программы 5 лет. По истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, навыками, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения. У многих обучающихся появляется личностное стремление к самосовершенствованию через преодоление трудностей и чувство коллективного духа и ответственности за работу и в рамках зала, и во время публичных выступлений. В дальнейшем дети имеют возможность посещать занятия, совершенствовать свое мастерство, знакомится с новыми танцевальными направлениями, участвовать в концертной и конкурсной жизни коллектива.

Курс обучения состоит из реализации программ трех уровней и составляет 5 лет:

«Стартовый уровень» - 1-ый год обучения - предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы, общее музыкальное и пластическое развитие каждого ребенка. Возраст обучающихся - 7-8 лет. В начале учебного года осуществляется прием детей в объединение (согласно условиям приема в студию). Занятия проводятся 3 раза в неделю (2 раза – 1,5 ч, 1 раз - 1 ч) в объеме 144 часа в год.

«Базовый уровень» - 1-ой, 2-ой и 3-й года обучения – предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение специализированных знаний – изучение базовые элементов различных танцевальных стилей и направлений, объединенных в целостную композицию. Процесс обучения направлен на создание общей и целостной картины по изучению танцевальной среды, ее особенностей. Выявляется заинтересованность детей тем или иным танцевальным направлением в рамках содержательно-тематического направления программы. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (с перерывом по 10 мин после каждого часа) в объеме 216 часов в год.

«Продвинутый уровень» - 1-ый год обучения – предполагает организацию материала, обеспечивающего доступ к сложным узкопрофильным и специфическим знаниям и навыкам в рамках содержательно-тематического направления программы. На данном этапе больше внимания уделяется индивидуальной работе и творческим разработкам. Занятия проводятся 4 раза в неделю по 2 часа (с перерывом по 10 мин после каждого часа) в объеме 288 часов в год.

### ***Условия приема в объединение:***

Приём в студию осуществляется на основе предварительного просмотра детей, определяющем уровень подготовки каждого ребёнка и перспективность.

1. В студию на 1-ом году обучения (стартовый уровень) принимаются преимущественно дети, обладающие способностями и природными данными для занятий хореографией (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух), и все желающие заниматься спортивными танцами, не имеющие медицинских противопоказаний (наличие справки о допуске к занятиям спортивными танцами);
2. В группу на последующие уровни обучения могут поступать и вновь прибывшие, владеющие необходимыми знаниями и умениями по данной программе;
3. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу;
4. В группе не должно быть более 15 человек первый год обучения, не более 12 человек последующие года обучения.

### ***Возрастные особенности.***

7-8 лет - 1-ый год обучения - это возраст интенсивного роста и развития всех функций и систем организма детей. Высокая двигательная активность и значительное развитие двигательной функции позволяют считать этот возраст благополучным для начала регулярных занятий танцами с учетом определенных физических особенностей данного возраста:

Ввиду того, что...

- ✓ позвоночник отличается непостоянством конфигурации, необходимо большое внимание уделять формированию правильной осанки;
- ✓ связочный аппарат очень эластичный и не сильно крепкий, целесообразнее осторожно развивать гибкость;
- ✓ выполнение мелких, требующих точности движений вызывает затруднение, использовать на занятиях много больших и размашистых движений, добавляя в небольших дозах мелкие и точные;
- ✓ необходимо регулировать несовершенные сердечно-сосудистые, мышечные, дыхательные и нервные системы, больше внимания уделять развитию координации движения;
- ✓ низок уровень активного внимания и умственной работоспособности, нагрузка должна быть небольшого объема, воздержанной интенсивности;
- ✓ особенно велика роль повторительного и игрового рефлексов, необходимыми методами должны стать наглядны и игровой.

Участвуя на занятиях в сюжетно-ролевых играх, дети 7-8-ого годов жизни начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например: свадьбу, рождение ребенка, болезнь и пр. Игровые действия становятся более сложными, обретают смысл, который не всегда открывается взрослым. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое игровое поведение в зависимости от места в нем.

Обучающихся данного возраста отличает чуткость к образно-эмоциональному началу, живая реакция на разнообразные задания, образные по содержанию. Детям желательно давать задания, предполагающие наполнение пространства цветом, звуком, движением, действием, сказочными персонажами.

8-12 лет – базовый уровень обучения – происходят существенные изменения двигательных функций. По многим параметрам они достигают очень высокого уровня, потому создаются наиболее благоприятные для обучения и развития физических качеств. Необходимо эффективно использовать этот период для обучения новым, в том числе сложным движениям, развивать скорость работы мышц. В обучении целесообразно придерживаться скоростно-силового режима, статических упражнений и нагрузку давать в ограниченном количестве.

У подростков развито стремление к анализу, логическому мышлению, восприятие целенаправленное, планомерное, организованное, ребята стремятся к реалистичности создания образов, точности исполнения композиции. Постепенно переходят к представлению о своей профессиональной направленности и стремятся к достижениям.

12-16 лет – продвинутый уровень обучения – период ускоренного формирования фигуры тела. Рекомендуется поступательно, осторожно, но неуклонно повышать нагрузку. При этом в данный период осуществляется перестроение в деятельности опорно-двигательного аппарата, что может временно влиять на ухудшение координации тела, снижение физических качеств. Неравномерность в развитии сердечно-сосудистой системы приводит к повышению кровяного давления, нарушению сердечного ритма, повышению утомляемости. Необходимо осторожно и индивидуально дозировать нагрузку, беспокоиться об восстановлении организма. В поведении перевешивает возбуждение над заторможенностью, реакции по силе и характеру часто неадекватны раздражителям, что их вызывают. Эта особенность подростковой психологии требует особого построения процесса обучения и воспитания. Юность – период завершения персонализации, индивидуализации, внутри которой основным новообразованием является само рефлексия, осознание собственной индивидуальности, определяющей установку на сознательное авторство своего Я, построение проекта своей жизни, постепенное вращение в ее различные сферы. При этом процесс само построения в юношеском возрасте направлен изнутри вовне: от постижения своей индивидуальности (идентификации) к практическому воплощению ее в различных видах жизнедеятельности. Это ведет к возрастанию потребности юношей в самовыражении, потребности пережить и осмыслить новый опыт, испытать себя в новых ролях, раскрыть свои переживания. Тренировочный процесс направлен на раскрытие приоритетов, индивидуализацию обучения, инициативность, поиски методов реализации самостоятельных проектов совместно с педагогом.

В основу программы заложена линейно-концентрическая последовательность прохождения учащимися модулей, концентричность – в подаче учебного материала «по нарастающей»: многократное повторение тем, усложнение учебного материала по мере взросления детей. Это позволяет выстроить образовательный процесс таким образом, что ребята, работая на предыдущем уровне обучения, автоматически готовятся для перехода на следующий. Программа подразумевает возможность составления индивидуальных планов работы с одаренными детьми.

**Цель программы** - обучить основам современного танца, заложив качественную базу начального пластического, ритмического, эстетического развития обучающихся, для подготовки ими концертных и конкурсных номеров с использованием как основных элементов стилизованных танцев, так и с добавлением и грамотным соединением элементов из других танцевальных направлений в целостные сюжетные постановки.

**Задачи:**

### ***Образовательные (предметные):***

- ✓ обучать основам современного эстрадного танца;
- ✓ знакомить детей с новыми хореографическими терминами и понятиями;
- ✓ научить определять музыкальный размер и ритм танцев, добавить тайминг и эмоциональный окрас;
- ✓ развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- ✓ усвоив основы хореографии, выстроить корпус, линии в руках и ногах, приобрести достаточную координацию для совершения разно ритмичных вращений.

### ***Метапредметные:***

- ✓ учить детей мыслить, слушать и слышать учителя и друг друга (при работе в малых группах), исправлять неточности в своём исполнении и находить ошибки при наглядном просмотре;
- ✓ продолжать укреплять основные мышцы организма, развивать гибкость суставов и эластичность связок, улучшая при этом физическое и психологическое состояние учащихся для выработки стойкости организма к нагрузкам, стрессам и болезням.

### ***Личностные:***

- ✓ укреплять интерес работы и отдыха в коллективе, поддерживать дисциплину в рабочей и праздничной обстановке;
- ✓ прививать ответственное отношение учащихся к своей художественной деятельности - умение организовать себя и показать полученные хореографические знания, умения, навыки.

***Система мониторинга*** образовательной программы как неотъемлемая часть образовательного процесса. Определение результативности освоения обучающимися учебной программы.

В данной программе мониторинг образовательных результатов рассматривается педагогами как средство управления деятельностью объединения, позволяющее отслеживать качество образования, осуществлять анализ результативности и эффективности обучения, внесение корректив и прогнозирование результатов развития объединения, так как определение результатов образовательного процесса является необходимым компонентом деятельности каждого педагога.

Для успешной реализации образовательной программы необходимы:

- ✓ создание базы данных по вопросам мониторинга объединения;
- ✓ систематизация имеющихся диагностических методик и разработка новых;
- ✓ возможность передачи педагогического опыта и овладения знаниями по этому вопросу любому педагогу;
- ✓ повышение профессиональной компетентности педагогов, уровня осознания значимости возникающих проблем в учебно-воспитательном процессе и умения своевременно их решать;

- ✓ создание благоприятных условий для развития творческого потенциала ребёнка, сотрудничества и сотворчества педагога, обучающихся и родителей, саморазвития и самореализации каждого ребёнка в рамках образовательной программы;
- ✓ систематическое проведение мониторингового исследования на всех этапах обучения (первичная диагностика, текущая диагностика, промежуточная и итоговые аттестации).

**Предметом** мониторинга является образовательная деятельность в рамках данного объединения.

**Объект** педагогического мониторинга – обучающиеся 6-17 лет.

При проведении мониторинга мы опираемся на следующие **принципы**:

1. Актуальность, подчинение целям, задачам образовательной программы по годам обучения.
2. Уважение прав и обязанностей участников мониторинга.
3. Простота и экономичность.
4. Гуманность и учёт психических особенностей субъектов мониторинга, обеспечивающий направленность на развитие личности ребёнка, как основного показателя педагогического взаимодействия в объединении.
5. Критерии результативности должны соответствовать сущности и содержанию направленности учебной программы, объективно измерять и оценивать изменения в образовательном процессе.
6. Сравнительно-аналитический подход в обучении.

**Целью** педагогического мониторинга в объединении является непрерывное слежение за состоянием образовательного процесса, прогнозирование развития педагогических технологий.

**Задачи** образовательного мониторинга:

1. Создание единой системы диагностики и контроля состояния образования и воспитания в объединении, при дальнейшем включении в общую систему мониторинга учреждения.
2. Анализ качества образования обучающихся по направлению современной спортивной танец.
3. Создание методик диагностики качества образования на основе разработки показателей уровня знаний, учебных умений и практических (социально значимых) действий обучающихся.

Основными **параметрами учебных достижений** обучающихся выступают:

1. Уровень освоения детьми содержания изучаемой образовательной программы.
2. Устойчивость интереса детей к содержанию образовательной программы, к предлагаемой деятельности и коллективу.
3. Уровень творческой активности детей.
4. Уровень практической реализации творческих достижений обучающихся.

Ежегодно образовательный мониторинг в АНО «Павловская гимназия» проходит в **четыре** этапа:

1. Первичная педагогическая диагностика.
2. Текущая диагностика в рамках образовательной программы.
3. Промежуточная аттестация обучающихся.

4. Итоговая аттестация за учебный год.

5. Диагностика достижений.

### ***Первичная педагогическая диагностика.***

Ежегодно в начале первой четверти перед началом реализации образовательной программы среди обучающихся первого года обучения проводится первичная педагогическая диагностика, учитывающая условия приёма в объединение. Результаты диагностики позволяют определить количество обучающихся без багажа знаний, с частичным и полным запасом определённых знаний, с целью планирования и корректировки дальнейшей образовательной деятельности непосредственно с данной группой детей.

Результаты первичной диагностики обучающихся вносятся в таблицу, которая далее пополняется данными в начале каждого учебного года с целью внесения корректировки в образовательную деятельность по годам обучения.

### ***Текущая диагностика в рамках образовательной программы.***

Текущая диагностика проводится на основных формах занятий и неразрывно связана с применением педагогических технологий. Она позволяет определить набор и качество знаний, умений и навыков каждого отдельного учащегося на разных ступенях обучения.

Взаимосвязь всех трёх компонентов обучения представлена в таблице ниже.

<b><i>Педагогические технологии</i></b>	<b><i>Формы работы с обучающимися и методы текущей диагностики реализации учебной программы</i></b>
<b>1. Технологии коллективного взаимообучения (КСО) В.К. Дьяченко</b> (при изучении хореографических номеров перед всем коллективом ставится определённая задача и обучающиеся совместно с педагогом должны ее решить). <u>Цель</u> – достичь определённого уровня исполнительского мастерства и синхронности исполнения в хореографическом коллективе. <u>Результат</u> – при исполнении хореографических номеров достигается высокий уровень мастерства и синхронности исполнения.	Основной формой тренировок являются <u>групповые тренировки</u> , включающие теоретическую (получение знаний) и практическую (применение знаний и отработка навыков) части. Некоторые задания требуют объединения детей в <u>подгруппы</u> . Имеют место также <u>открытые уроки, концерты и показательные выступления, конкурсы, занятия-эксперименты (семинары, мастер - классы)</u> . Разнообразные <u>коллективные мероприятия, праздники</u> с участием детей и взрослых имеют целью сплотить коллектив. А <u>показательные выступления</u> должны задать стимул к продуктивной работе и личностным стремлениям.



<p><b>2. Технология группового обучения А. Г. Ривина и В.К. Дьяченко</b> (обучающиеся, при изучении наиболее сложных элементов, вариационных связей делятся на группы, заходы (3-4 человека) и поочерёдно исполняют данные связки.). <u>Цель</u> – обучить умению работать в коллективе, внося элемент сознательности в образовательный процесс. <u>Результат</u> – в ходе «соревнования» каждая группа и каждый ее участник добиваются наилучших результатов, чтобы не подвести свою группу.</p>	<p>Интересные <u>разминки-игры</u> позволяют учащимся раскрепоститься, проявить лидерские качества, потренировать скорость движения, мышления, скоординировать работу тела под музыку.</p> <p>Для профилактики безопасности дорожного движения проводятся коллективные <u>праздники-викторины по ПДД</u>, показ слайдов с весёлыми вопросами-загадками.</p> <p><b>Применяемые методы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ метод включённого педагогического наблюдения;</li> <li>✓ опрос и беседы по терминологии курса, тестовые задания, анкетирование, интервьюирование, психолого-педагогическое тестирование;</li> <li>✓ проведение открытых занятий с приглашением родителей и педагогов Центра (внешняя оценка образовательных достижений);</li> <li>✓ участие в разработке и реализации социально-значимых проектов;</li> <li>✓ участие воспитанников студии в фестивалях и конкурсах различного уровня.</li> </ul>
<p><b>3. Физкультурно-оздоровительная технология</b> (систематическое использование на всех уровнях программы) <u>Цель</u> – физическое развитие и укрепление здоровья ребенка. <u>Результат</u> – обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни</p>	
<p><b>4. Технология индивидуализированного обучения (И.Э. Унт)</b> (отдельные элементы и движения танца изучаются и отрабатываются с конкретным обучающимся индивидуально, постановка сольных и дуэтных композиций). Цель – улучшение качества исполнения элементов широта их применения через повышение мотивации обучающихся к усвоению материала. Результат – достижение более качественного исполнения элементов и движений и их свободное применение индивидуальных композициях в связи с повышением интереса обучающихся к освоению материала.</p>	<p>Данная педагогическая технология применима как на вышеуказанных формах занятий, так и на <u>индивидуальных занятиях</u>, введённых в учебный процесс. Такие виды тренировок могут применяться, как для работы с детьми, отставшими по программе (по причине болезни, например), так и необходимы для работы с одарёнными детьми с целью дополнительного и более тщательного изучения программных тем, более сложных движений и подготовки индивидуальных концертных номеров.</p> <p>Введение занятий с просмотром наглядных <u>видео-пособий</u> улучшает процесс восприятия учащимися нового материала, позволяет увидеть непосредственный</p>

**5. Информационная технология обучения (ИТО).** Цель – наглядно представить обучающимся наилучшие примеры современной хореографии, наглядно провести анализ собственных ошибок и недостатков, научить выбирать среди многообразия видеоинформации необходимую и конкретную для использования, при создании собственных постановок обучающимися. Результат – рождается здоровое стремление к подражанию лучшим образцам, представителям современной хореографической культуры, у обучающихся появляется умение видеть свои ошибки и недостатки «со стороны» и успешно их исправлять.

первоисточник знаний, создать своё представление о танцевальных связках и уловить некоторые тонкости.

Просмотр подборки известных постановок, балетов и спектаклей погружает детей в мир танца, его историю, материальную культуру различных исторических эпох, развивает эстетическое восприятие учащихся, расширяет эмоциональный потенциал и стимулирует движение к совершенству через ощущения себя частицей динамичного и такого яркого танцевального мира.

На занятиях, репетициях, выступлениях производится видеосъемка для демонстрации обучающимся с последующим самостоятельным критическим анализом собственных ошибок и недостатков.

***Применяемые методы:***

- ✓ метод рефлексии

Диагностика обязательно должна сочетаться с самоконтролем и самооценкой ребенка, которым должна отводиться значительная роль в структуре учебной деятельности.

- ✓ ведение индивидуальных тетрадей

Они необходимы для выполнения теоретических и творческих заданий, дополненных собственными заметками и оценками с целью сохранения опыта и информации для каждого обучающегося.

- ✓ создание индивидуальных «портфолио» на каждого обучающегося.

«Портфолио» – это набор работ воспитанника, который связывает отдельные аспекты его деятельности в более полную картину. Одной из сложностей, с которыми сталкиваются все педагог, остаётся многочисленность детского коллектива, охватить который порой бывает очень сложно. В результате старшие обучающиеся – самостоятельно начинают формирование собственного «Портфолио», занимаются сбором и накоплением информации. В «Портфолио» вносятся информационные сведения и личностные достижения воспитанника, которые позволяют педагогу учитывать индивидуальные особенности ребёнка, анализировать изменения в личностном развитии, формировании соответствующих компетенций.

**Промежуточная аттестация** проходит на 1-ом и 2-ом годах обучения в виде внутреннего конкурса-концерта в конце первого полугодия, в котором принимают участие все обучающиеся в объединении. Они исполняют композиции из связок изучаемых по программе танцевальных направлений, получают оценки судей и награждаются дипломами с местами и подарками.

**Итоговая аттестация.**

Для оценки теоретической подготовки обучающихся используются открытые занятия, проводимые в последний месяц учебного года, на которых обсуждаются пройденные в течении года темы, термины, их взаимодействие в итоговых танцевальных композициях.

***Критерии оценки уровня теоретической подготовки воспитанников:***

- ✓ соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- ✓ широта кругозора;
- ✓ свобода восприятия теоретической информации;
- ✓ осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

К концу учебного года все группы объединения готовят концертные номера для выступления на итоговых конкурсах и концертах. Выступление оценивается с разных сторон: обучающиеся, педагоги, зрители или судьи, что позволяет максимально выявить уровень развития способностей, знаний, умений, навыков и личностных качеств ребенка, а также реальную результативность совместной творческой деятельности обучающихся и их соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

***Критерии оценки уровня практической подготовки воспитанников:***

- ✓ соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;
- ✓ свобода владения специальным оборудованием и оснащением;
- ✓ развитость практических навыков работы с литературой, видео и аудиоматериалами;
- ✓ качество выполнения практического задания;
- ✓ технологичность практической деятельности.

Поведение обучающихся вне танцевального зала ( на паркете во время выступления, за кулисам, в гримёрках), взаимодействие их с детьми из других творческих объединении, уровень общения, реакции в рамках одного мероприятия является хорошим показателем уровня воспитанности обучающихся.

***Критерии оценки уровня развития и воспитанности детей:***

- ✓ культура поведения;
- ✓ культура организации своей практической деятельности;
- ✓ творческое отношение к выполнению практического задания;
- ✓ аккуратность и ответственность при работе;

✓ развитость специальных способностей.

В образовательном процессе детского объединения итоговая аттестация выполняет целый ряд **функций**:

- ✓ учебную - создание дополнительных условий для обобщения и осмысления воспитанником полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков;
- ✓ воспитательную - стимул к расширению познавательных интересов и потребностей ребенка;
- ✓ развивающую - осознание детьми уровня их актуального развития и определение перспективы;
- ✓ коррекционную - своевременное выявление и устранение педагогом объективных и субъективных недостатков учебно-воспитательного процесса;
- ✓ социально-психологическую - возможность пережить каждым воспитанников «ситуации успеха».

**Результаты** итоговой аттестации оцениваются с разных сторон таким образом, чтобы можно было определить:

- ✓ насколько достигнуты прогнозируемые результаты программы каждым ребенком (наличие знаний теоретического материала и умение ими пользоваться на практике);
- ✓ обоснованность перевода воспитанника на следующий этап или год обучения;
- ✓ полноту выполнения образовательной программы.

Результаты итоговой аттестации фиксируются в «Протоколе итоговой аттестации воспитанников детского объединения», который является одним из документов отчетности и хранится у администрации образовательного учреждения.

Результаты итоговой аттестации воспитанников детских объединений анализируются администрацией образовательного учреждения совместно с педагогами по следующим параметрам:

- ✓ количество воспитанников (%), полностью освоивших образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу:

выше 80% - высокий уровень;

от 60% до 80% - достаточный уровень;

от 40% до 60% - средний уровень;

ниже 40% - низкий уровень.

- ✓ количество воспитанников (%) переведенных или не переведенных на следующий год;
- ✓ причины невыполнения детьми образовательной программы;
- ✓ необходимость коррекции программы.

#### **Диагностика достижений.**

Основным критерием успешности как объединения в целом, так и отдельного воспитанника в АНО «Павловская гимназия» выступает «сфера достижений», т.е. участие воспитанников во всех мероприятиях, проводимых АНО «Павловская гимназия», районом, городом и областью в составе объединения или лично.

Данные по каждому воспитаннику заносятся педагогом в сводную таблицу достижений (которая уже содержит данные первичной педагогической диагностики), с указанием уровня достижений (от участия до призового места), в течение всего года по различным направлениям согласно разделам программы:

- ✓ культурно-массовые мероприятия и выполнение творческих работ: подготовка и проведение воспитательных мероприятий, участие в культурно-массовых мероприятиях, и т.д.;
- ✓ участие в соревнованиях;
- ✓ участие в хореографических фестивалях и конкурсах различного уровня

Имея результаты участия, за несколько лет, можно отследить динамику или прирост результатов воспитанников.

На основании проведенных мониторинговых исследований каждый педагог имеет возможность:

- ✓ проанализировать базовые ЗУН детей, впервые пришедших в творческое объединение и, оттолкнувшись от ближайшей зоны их развития, скорректировать образовательный процесс;
- ✓ ежегодно в течение учебного года при реализации образовательной программы отслеживать эффективность используемых форм, методов и приёмов на уровень образовательных результатов и развития творческих способностей;
- ✓ выявить одарённых детей и подобрать соответствующие методы обучения и поддержки мотивации для менее одарённых воспитанников в определенной направленности;
- ✓ выявить уровень заинтересованности воспитанников в процессе усвоения ЗУН;
- ✓ иметь основания для перевода обучающихся на следующий уровень обучения.

Завершением аттестации является заседание аттестационной комиссии учреждения дополнительного образования. На основе результатов по каждому объединению, по каждому воспитаннику принимается решение о прохождении им аттестации. Обучающиеся, успешно прошедшие итоговую аттестацию, переводятся на следующий учебный год.

Обучающиеся, показавшие неудовлетворительные знания и умения, могут по желанию продолжить обучение в студии на том же этапе обучения, но в составе другой учебной группы или после летней (самостоятельная подготовка или в ходе летней танцевально-оздоровительной кампании) пересдать требуемые разделы курса перед началом нового учебного года.

Мониторинг, проводимый педагогами дополнительного образования, позволяет наиболее полно оценить не только уровень процесса освоения программного материала, он является своего рода индикатором качества образования, развития и воспитания ребёнка в целом. Благодаря своей регулярности, строгой направленности на решение задач образовательной деятельности мониторинг качества любой образовательной деятельности является механизмом отслеживания эффективности этой деятельности.

Важным аспектом образовательно-воспитательной деятельности на сегодняшний день являются **личностные результаты обучения**, т.к. современное образование становится все более личностно-ориентированным. Общество приходит к пониманию того, что истинным результатом образования является не просто получение знаний, а познавательное и личностное развитие учащихся в образовательном процессе. Происходит слияние педагогических и психологических целей обучения и воспитания.

Согласно ФГОС, наряду с предметными и метапредметными результатами обучения прописаны требования к личностным результатам, которые включают готовность и способность обучающихся к самообразованию, саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, систему значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, умение ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме. Эти способности, умения, установки, квалифицируются в новом образовательном стандарте как **личностные универсальные учебные действия**, подлежащие формированию и развитию у учащихся на всех ступенях обучения.

1. Регулятивные УДД
2. Познавательные УДД
3. Коммуникативные УДД
4. Личностные УДД

**Умение и взаимодействовать с партнерами по совместной деятельности или обмену информацией.**

- ✓ умение слушать и слышать друг друга;
- ✓ с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с заданными условиями коммуникации;
- ✓ адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции;
- ✓ представлять конкретное содержание вопроса и сообщать его в письменной и устной форме;
- ✓ спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое;
- ✓ вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении, владеть монологической и диалогической формой речи в соответствии с нормами родного языка.

**Способность действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать с ней свои действия.**

- ✓ понимание возможности разных точек зрения, не совпадающих с собственной;
- ✓ готовность обсуждения различных точек зрения, выработка общей, групповой позиции;
- ✓ умение устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решение;
- ✓ умение аргументировать свою точку зрения (спорить и отстаивать не враждебным для оппонента образом).

**Умение организовывать и планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками.**

- ✓ определение цели и функции участников взаимодействия и способов их взаимодействия;
- ✓ планирование общих способов работы;
- ✓ обмен знаниями между членами группы для совместных решений;

- ✓ способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
- ✓ познавательная инициативность (способность с помощью вопросов добывать недостающую информацию);
- ✓ разрешение конфликтов (выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, принятие решения и его реализация);
- ✓ управление поведением (контроль, коррекция, оценка действий, умение убеждать);

#### **Умение работать в группе**

- ✓ устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать, способность к кооперации;
- ✓ интегрироваться в группу сверстников и строить эффективное взаимодействие;
- ✓ обеспечивать бесконфликтную работу в группе;
- ✓ переводить конфликт в логический план и решать его как задачу, через анализ его условий.

#### **Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества**

- ✓ уважительное отношение к партнёру, внимание к личности;
- ✓ адекватное межличностное восприятие;
- ✓ готовность адекватно реагировать на нужды других;
- ✓ стремление устанавливать доверительные взаимоотношения;

#### **Речевые действия как средство регуляции собственной деятельности**

- ✓ использование адекватных языковых средств для отображения чувств и побуждения;
- ✓ речевое отображение (описание и объяснение своих действий).

#### ***Принципы построения образовательной программы***

Принцип линейности и концентричности: линейность заключается в последовательном прохождении учащимися разделов программы, а концентричность – в подаче учебного материала «по нарастающей» - многократное повторение тем, усложнение учебного материала по мере взросления детей.

Принцип природосообразности: нужно учитывать знания, возрастные и индивидуальные физические и психические возможности ребенка.

Принцип индивидуализации: индивидуальный подход к каждому ребенку.

Принцип практической направленности: все полученные знания должны носить прикладной характер.

Принцип результативности: программа направлена на достижение результата.

Кроме общепедагогических принципов в программе использован принцип инновационности, который основан на современных исследованиях в области педагогики и психологии.

Принцип инновационности: перевод новаторских разработок в инновационном поле.

Программа «Современный танец» реализуется **в соответствии с требованиями**, предъявляемыми к образовательным программам как элементу российской образовательной системы с учетом следующих характеристик дополнительного образования детей:

- ✓ свободный личностный выбор деятельности, соответствующий индивидуальным возможностям и потребностям обучающихся;
- ✓ вариативное содержание образовательного процесса, направленного на формирование и развитие личностного потенциала с учетом возрастным особенностям и сензитивных периодов;
- ✓ отсутствие образовательных стандартов содержания дополнительного образования детей и доступность научного знания и информации для каждого;
- ✓ отсутствие эффекта сравнения достижений одного ребенка с достижениями другого и оценка образовательных результатов на основании личностно значимых ценностей;
- ✓ деятельностный характер образовательного процесса, его направленность на формирование социального опыта ребенка, социальной мобильности, адаптивности, ответственности;
- ✓ со творческий характер стиля взаимоотношений педагогов с обучающимися на уровне «человек-человек».

Данная программа имеет целью создать единый коллектив, детей, их родителей и педагога, заложить качественную техническую базу, не ущемляя при этом интересов и желаний ребёнка, раскрыть возможности каждого учащегося и получить дальнейшую заинтересованность детей в занятиях современными спортивными танцами.

Таким образом, **основная специфика программы** состоит в следующем. В ходе обучения ребёнка необходимо подвести к выбору жизненной позиции, к добросовестному выполнению заданий, ответственному отношению к работе, за которую он берётся, так как объяснить технику выполнения того или иного движения можно, а вот качество выполнения, преодоления себя, стремление к совершенству лежит именно на обучающемся. Поэтому главная наша задача, задача педагога, тренера – суметь привить интерес ребёнка к работе, к результату, к движению вперёд.



**Учебный план.  
1-ый год обучения.**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	<b>Вводное занятие</b>	1	1	-	Блиц опрос
II	<b>Знакомство с предметом. Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная разминка.</b>	9	3	6	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
III	<b>Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.</b>	15	3	12	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
IV	<b>Основные движения.</b>	15	5	10	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
V	<b>Импровизация движений на музыкальные темы.</b>	18	5	13	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
VI	<b>Элементы эстрадного танца и простые танцевальные движения.</b>	15	5	10	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
VII	<b>Элементы эстрадного танца.</b>	24	6	18	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
VIII	<b>Постановка танцевальных композиций.</b>	72	30	42	Выступления на концертах и конкурсах
IX	<b>Физическая подготовка, аэробика, партерная растяжка</b>	20	3	17	Личные наблюдения обучающихся и педагога
X	<b>Прогоны, открытые занятия, выступления</b>	18	4	14	Фото и видео с выступлений
XI	<b>ПДД</b>	9	4	5	Тест/викторина

## **Содержание**

### **Вводное занятие**

**Теория:** Приветствие детей. Сведения о целях группы и о том, чем вместе предстоит заниматься в этом учебном году и в дальнейшем. Знакомство с планом работы. Правила поведения в помещениях Центра. Условия безопасной работы. Объяснение правил техники безопасности, правил пожарной безопасности. Ролевая игра на знакомство.

**Практика:** Обучающиеся вместе с педагогом принимают правила группы, которые будут действовать все время занятий, обсуждают план работы, предстоящие мероприятия, вносят предложения.

### **Знакомство с предметом. Современный эстрадный танец**

**Теория:** Знакомство с понятием - современный эстрадный танец, история, этапы становления, просмотр подборки видео роликов по данной теме.

В последнее время современный танец пользуется все большей популярностью. Хотя еще совсем недавно мы даже не подозревали, что существует такое разнообразие современных стилей и направлений. А всего несколько лет назад все танцы в современных ритмах назывались эстрадными.

Современная эстрада - вид сценического искусства, который включает в себя разнообразные жанры вокальной и инструментальной музыки, хореографии, театра, цирка и т.д. Современное танцевальное представление состоит из номеров - отдельных законченных выступлений одного или нескольких артистов.

Современный эстрадный танец – это танцевальное направление, включающее в себя самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. В современном эстрадном танце большую роль играет индивидуальность исполнителя, т.к. это не просто последовательность заученных движений, а небольшая танцевальная постановка. Одним из принципов, свойственных этому направлению, является импровизация, поэтому исполнитель должен обладать не только танцевальным, но и актерским талантом, чтобы суметь выразить себя и свое состояние путем танца.

Эстрадный танец - это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в четком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом. Под драматургией эстрадного танца подразумевается не только развитие сюжета, но и то, что каждый эпизод танцевального номера воплощен предельно выразительным приемом - танцевально-игровым или просто танцевальным. Также желательно, чтобы эстрадный танец содержал элемент неожиданности - либо в постановочном решении, либо в самом характере исполнения.

**Практика:** самостоятельный поиск информации и видео по современному эстрадному танцу.

### **Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная разминка.**

**Теория:** методика выполнения упражнений.

1. Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4 и 4/4.
2. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.
3. Изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.
4. Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.
5. Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.
6. Передача в движении шагом различного характера и темпа музыки.

Практика: выполнение упражнений самостоятельно, в группах, отработка правильности и техничности исполнения.

### ***Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.***

Теория: Знакомство с понятием «танцевальные точки». Ориентация по точкам в зале.

Практика: Повороты по точкам во время движения. Ходьба друг за другом с последующим перестроением в колонну, шеренгу. Перестроение на ходу в колонну по одному, парами, по четыре.

### ***Основные движения.***

Теория: Методика выполнения упражнений на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации. Основные позиции рук и ног. Основные положения корпуса, головы. Понятия «пружинка», «противоход» - движение разноименных частей тела.

Практика: Выполнение движений с подниманием носка вверх и вынесением его вперед, в сторону, назад с закрытыми глазами, «пружинка», «противоход».

### ***Импровизация движений на музыкальные темы***

Теория: принцип подбора движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.

Практика: Определение сильных и слабых долей такта (самостоятельно обучающимися). Простейшие подражательные движения под музыку. Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку. Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.

### ***Элементы танца и простые танцевальные движения***

Теория: Методика выполнения элементов. Простой шаг – с высоким подниманием бедра, с носка на пятку, с пятки на носок. Танцевальный шаг – бег на полупальцах. Выполнение поворотов в различных техниках на одной ноге, на двух, в прыжке.

Практика: Выполнение простых и сложных приставных шагов в сочетании с изученными техниками поворотов.

### ***Элементы эстрадного танца***

Теория: Разбор танцевальных элементов под счет, примеры сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками и др.

Практика: Выполнение основных танцевальных движений под счет и под музыку, самостоятельная отработка техничности исполнения, скорости, работа в парах и группах.

### ***Постановка танцевальных композиций***

Теория: Разбор танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка

Практика: самостоятельная отработка танцевальных связок под счет и под музыку, работа в парах и группах, соединение разученных частей в танец, перестроения, эмоциональность.

### ***ОФП***

Общая физическая подготовка (ОФП) — это процесс совершенствования двигательных физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека.

ОФП способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности или виде спорта. Перед ОФП могут быть поставлены следующие задачи:

- ✓ достичь гармоничного развития мускулатуры тела и соответствующей силы мышц;
- ✓ приобрести общую, выносливость;
- ✓ повысить быстроту выполнения разнообразных движений, общие скоростные способности;
- ✓ увеличить подвижность основных суставов, эластичность мышц; улучшить ловкость в самых разнообразных (бытовых, трудовых, спортивных) действиях, умение координировать простые и сложные движения;
- ✓ научиться выполнять движения без излишних напряжений, овладеть умением расслабляться.

Занятие по ОФП состоит из 4-ех фаз:

- ✓ Разминка (разогревает мышцы и вызывает ускорение темпа сердечных сокращений, при котором пульс плавно повышается до значения, соответствующего аэробной фазе). 5-7 мин.
- ✓ Аэробная фаза (имеет целью оздоровительный эффект, максимальная тренировка основных групп мышц). 30-40 мин.
- ✓ Растяжка (приведение в тонус мышц и связок) 15-20 мин.
- ✓ Заминка (снижение частоты сердечных сокращений за счет плавных движений и дыхательных упражнений) 3-5 мин.

После занятий по ОФП рекомендуется продолжать двигаться некоторое время, чтобы кровь циркулировала. Не рекомендуется садиться сразу после окончания занятий. Статичное положение может привести к нарушениям в работе сердечно-сосудистой системы, поскольку кровоток замедляется быстрее, чем происходят сокращения сердца.

Теория: Понятие ОФП, методика выполнения упражнений

Практика: Выполнение упражнений под музыку обучающимися самостоятельно

### **Аэробный комплекс**

- ✓ Упражнение 1. Вращение головой
- ✓ Упражнение 2. Вращение руками
- ✓ Упражнение 3. Повороты туловища
- ✓ Упражнение 4. Наклоны туловища в стороны
- ✓ Упражнение 5. Наклоны туловища вперед-назад
- ✓ Упражнение 6. Наклоны
- ✓ Упражнение 7. Махи ногами
- ✓ Упражнение 8. Приседания
- ✓ Упражнение 9. Выпрямление ног
- ✓ Упражнение 10. Тренировка брюшного пресса

- ✓ Упражнение 11. Ножницы
- ✓ Упражнение 12. Велосипед
- ✓ Упражнение 13. Уголок
- ✓ Упражнение 14. Потягивание
- ✓ Упражнение 15. Приседания в стороны
- ✓ Упражнение 16. Кузнечик
- ✓ Упражнение 17. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра
- ✓ Упражнение 18. Разведение рук в стороны
- ✓ Упражнение 19. Сгибание коленных суставов
- ✓ Упражнение 20. Качели
- ✓ Упражнение 21. Подъем корпуса
- ✓ Упражнение 22. Тренировка спины
- ✓ Упражнение 23. Тренировка косых мышц спины

### **Растяжка**

- ✓ Растягивание мышц всего тела
- ✓ Растягивание ягодичных мышц, мышц-разгибателей бедра, спины и шеи
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей шеи, спины и бедра, сгибателей голени и стопы
- ✓ Растягивание косых мышц живота и ягодичных мышц
- ✓ Растягивание мышц, разгибающих и приводящих бедро, сгибающих голень
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, сгибающих и приводящих бедро, а также разгибающих голени и стопы
- ✓ Растягивание мышц-сгибателей бедра
- ✓ Растягивание передних мышц шеи
- ✓ Растягивание боковых мышц затылка
- ✓ Растягивание мышц шеи
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, и мышц, участвующих в боковых наклонах туловища
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц, участвующих в боковых наклонах туловища и отводящих бедро
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц-сгибателей предплечья и кисти, приводящих мышц бедра
- ✓ Растягивание сгибающих и приводящих мышц плеча, а также мышц-сгибателей голени и стопы

- ✓ Растягивание широчайшей мышцы спины и разгибателей плеча
- ✓ Растягивание грудных мышц, сгибателей плеча и предплечья
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей плеча

***Прогонь, открытые занятия, выступления***

Практика: Открытые занятия для родителей и педагогов Центра, совместный прогон танцевальных номеров нескольких групп коллектива («зритель» и «исполнитель» меняются местами). Выступления на различного рода мероприятиях.

Теория: Просмотр видео-выступлений, обсуждение минусов и плюсов, план индивидуальной работы каждого обучающегося над собой.

***Занятия по ПДД***

Движение транспорта и правила безопасного поведения на улицах и дорогах. Детский дорожно-транспортный травматизм. (нулевой срез знаний)
История появления автомобиля и правил дорожного движения. Сигналы для регулирования движения. Мы – пассажиры. Я пешеход и пассажир.
Что мешает вовремя увидеть опасность на улицах. Что такое Госавтоинспекция? Правила безопасного перехода улиц и дорог. Что нам помогает соблюдать безопасность на улицах и дорогах.
Новое об улицах, дорогах и дорожных знаках. Наиболее безопасный маршрут из школы домой и из дома в школу. Правила перехода перекрестка.
Причины несчастных случаев и аварий на улицах и дорогах. Новое о светофоре. Информационно-указательные знаки.
Световые сигналы на пешеходных переходах. Правила перехода улиц и дорог. Правила безопасного перехода железнодорожного переезда.
Новое о светофоре. Информационно-указательные знаки.
Правила поведения на посадочных площадках и в транспорте. Безопасность пассажиров.
Правила езды на велосипеде. Места для катания на самокатах, роликах, велосипедах.
Повторение знаний ПДД. Инструктаж перед летними школьными каникулами. Особенности движения на загородных дорогах. Катание на велосипедах по улицам дачных поселков.

Теория: знакомство с темами

Практика: обсуждение и разбор конкретных ситуаций, участие в конкурсах и викторинах по ПДД.

***Предполагаемые результаты***

- ✓ Владение краткими сведениями из истории современного эстрадного танца.
- ✓ Знание особенностей выполнения основных танцевальных упражнений, техники исполнения.
- ✓ Изучение основных позиции ног и рук, правил постановки тела.
- ✓ Умение соединять части (связки) танца и демонстрировать их.

- ✓ Выполнение упражнений и вращений с большим разнообразием ритмического рисунка, в различном темпе.
- ✓ Развитие танцевальной выразительности, координацию движений, ориентировку в пространстве.
- ✓ Умение мыслить, слушать и слышать учителя и друг друга (при работе в малых группах), исправлять неточности в своём исполнении, находить ошибки при наглядном просмотре, импровизировать.
- ✓ Развитый интерес к работе и отдыху в коллективе, поддержание дисциплины в рабочей и праздничной обстановке.
- ✓ Ответственное отношение обучающихся к своей художественной деятельности - умение организовать себя и показать полученные хореографические знания, умения, навыки.

**Учебный план  
2-ой год обучения**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	<b>Вводное занятие</b>	1	1	-	Блиц опрос
II	<b>Знакомство с предметом(продолжение). Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная разминка.</b>	9	3	6	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
III	<b>Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.</b>	15	3	12	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
IV	<b>Основные движения.</b>	20	7	13	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
V	<b>Импровизация движений на музыкальные темы.</b>	18	5	13	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
VI	<b>Элементы эстрадного танца.</b>	29	8	21	«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
VII	<b>Постановка танцевальных композиций.</b>	72	30	42	Выступления на концертах и конкурсах
VIII	<b>Физическая подготовка, аэробика, партерная растяжка</b>	20	3	17	Личные наблюдения обучающихся и педагога

IX	<b>Прогоны, открытые занятия, выступления</b>	23	4	19	Фото и видео с выступлений
X	<b>ПДД</b>	9	4	5	Тест/викторина/экскурсия

## **Содержание**

### **Вводное занятие**

Теория: Приветствие детей. Сведения о целях группы и о том, чем вместе предстоит заниматься в этом учебном году и в дальнейшем. Знакомство с планом работы. Правила поведения в помещениях Центра. Условия безопасной работы. Объяснение правил техники безопасности, правил пожарной безопасности. Ролевая игра на знакомство.

Практика: Обучающиеся вместе с педагогом принимают правила группы, которые будут действовать все время занятий, обсуждают план работы, предстоящие мероприятия, вносят предложения.

### **Знакомство с предметом( продолжение). Шоу, как элемент эстрадного танца.**

Теория: Продолжение знакомства с понятием - современный эстрадный танец, история, этапы становления, элемент «шоу» в современном эстрадном танце, просмотр подборки видео роликов по данной теме. Идеи собственных танцевальных постановок с использованием элемента «шоу».

Отличительные черты современного эстрадного танца. Основные характеристики эстрадных номеров - легкая приспособляемость к различным условиям; кратковременность и концентрированность художественно - выразительных средств. Жанровые разновидности эстрадного танца можно попытаться классифицировать по применяемой в них технике: классический, пластический, ритмический (чететка, степ), акробатический или бытовой танец. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Практика: самостоятельный поиск информации и видео по современному эстрадному танцу. Варианты воплощения собственных танцевальных связок и постановок с использованием шоу-эффектов.

### **Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная разминка.**

Теория: Методика выполнения упражнений

1. Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 3/4 и 4/4.
2. Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.
3. Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера.
4. Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.
5. Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.
6. Передача в движении шагом различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.

Практика: выполнение упражнений самостоятельно, в группах, отработка правильности и техничности исполнения.

### **Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений**

Теория: Техника исполнения элемента «прочес», движений в единую линию.



Практика: Элементарные упражнения для сохранения линий во время движения. Перестроение на ходу. Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам. Исполнение элемента «прочёс» во вращениях. Повороты по точкам во время движения.

### ***Основные движения***

Теория: методика выполнения упражнений и вращений, разработка индивидуальных ритмических рисунков. Основные движения рук в танцевальных элементах

Практика: Выполнение упражнений на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации. Выполнение поворотов в различных техниках. Применение в танцевальных связках. Отражение ритмического рисунка. Повторение предложенного ритмического рисунка.

### ***Импровизация движений на музыкальные темы.***

Теория: Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему. Определение сильных и слабых долей такта

Практика: Передача сильных и слабых долей такта хлопками, притопами. Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку. Подражательные движения под музыку. Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.

### ***Элементы эстрадного танца***

Теория: Методика выполнения основных движений и вращений, их соединение с работой рук, хлопками, вращениями. Элементы пластики рук и корпуса.

Практика: Повторение простых и танцевальных шагов и их сочетание с движениями рук, головы и корпуса. Выполнение простых и сложных приставных шагов в сочетании с изученными техниками поворотов. Выполнение основных движений под счет и под музыку.

### ***Постановка танцевальных композиций***

Теория: Подбор музыкальной композиции (педагогом или самостоятельно). Разбор танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка и эмоциональных смен, понятие целостности танцевальной композиции, образы, костюмы, актуальность.

Практика: Соединение разученных частей в танец. Работа над индивидуальной или групповой постановкой над техникой, точностью передачи образа, ритмичностью, синхронностью исполнения.

### ***ОФП***

Теория: Методика выполнения упражнений

Практика: Выполнение упражнений под музыку обучающимися самостоятельно

### **Аэробный комплекс**

- ✓ Упражнение 1. Вращение головой
- ✓ Упражнение 2. Вращение руками
- ✓ Упражнение 3. Повороты туловища
- ✓ Упражнение 4. Наклоны туловища в стороны

- ✓ Упражнение 5. Наклоны туловища вперед-назад
- ✓ Упражнение 6. Наклоны
- ✓ Упражнение 7. Махи ногами
- ✓ Упражнение 8. Приседания
- ✓ Упражнение 9. Выпрямление ног
- ✓ Упражнение 10. Тренировка брюшного пресса
- ✓ Упражнение 11. Ножницы
- ✓ Упражнение 12. Велосипед
- ✓ Упражнение 13. Уголок
- ✓ Упражнение 14. Потягивание
- ✓ Упражнение 15. Приседания в стороны
- ✓ Упражнение 16. Кузнечик
- ✓ Упражнение 17. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра
- ✓ Упражнение 18. Разведение рук в стороны
- ✓ Упражнение 19. Сгибание коленных суставов
- ✓ Упражнение 20. Качели
- ✓ Упражнение 21. Подъем корпуса
- ✓ Упражнение 22. Тренировка спины
- ✓ Упражнение 23. Тренировка косых мышц спины

### **Растяжка**

- ✓ Растягивание мышц всего тела
- ✓ Растягивание ягодичных мышц, мышц-разгибателей бедра, спины и шеи
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей шеи, спины и бедра, сгибателей голени и стопы
- ✓ Растягивание косых мышц живота и ягодичных мышц
- ✓ Растягивание мышц, разгибающих и приводящих бедро, сгибающих голень
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, сгибающих и приводящих бедро, а также разгибающих голени и стопы
- ✓ Растягивание мышц-сгибателей бедра
- ✓ Растягивание передних мышц шеи

- ✓ Растягивание боковых мышц затылка
- ✓ Растягивание мышц шеи
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, и мышц, участвующих в боковых наклонах туловища
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц, участвующих в боковых наклонах туловища и отводящих бедро
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц-сгибателей предплечья и кисти, приводящих мышц бедра
- ✓ Растягивание сгибающих и приводящих мышц плеча, а также мышц-сгибателей голени и стопы
- ✓ Растягивание широчайшей мышцы спины и разгибателей плеча
- ✓ Растягивание грудных мышц, сгибателей плеча и предплечья
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей плеча

### ***Прогонь, открытые занятия, выступления***

**Практика:** Открытые занятия для родителей и педагогов Центра, совместный прогон танцевальных номеров нескольких групп коллектива («зритель» и «исполнитель» меняются местами). Выступления на различного рода мероприятиях.

**Теория:** Просмотр видео-выступлений, обсуждение минусов и плюсов, план индивидуальной работы каждого обучающегося над собой.

### ***Занятия по ПДД***

Остановочный и тормозной путь автомобиля.
Дорожная разметка.
Виды транспорта. Оповестительные знаки транспортных средств.
Что надо знать о перекрестках? Что мешает вовремя увидеть опасность на дорогах.
Железнодорожный переезд. (Поведение школьников вблизи железнодорожных путей. Правила перехода и переезда через них. Охраняемые и не охраняемые переезды).
Дорожные знаки, относящиеся к велосипедистам.
Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД)
Погодные условия. Особенности движения водителей и пешеходов в зависимости от погодных условий и времени года).
Остановочный и тормозной путь автомобиля.
Повторение знаний ПДД. Инструктаж перед летними школьными каникулами. Я – пешеход. Экскурсия.

**Теория:** знакомство с темами

**Практика:** обсуждение и разбор конкретных ситуаций, участие в конкурсах и викторинах по ПДД.

**Учебный план  
3-ой год обучения**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	1	-	Блиц опрос
II	<b>Знакомство с предметом. СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ (Джаз – модерн танец).</b>	<b>106</b>			«Нулевой срез знаний», аттестационное открытое занятие в середине и итоговое в конце учебного года
1.	Хореография	15	5	10	
2.	Изоляция	15	4	11	
3.	Упражнения для позвоночника	15	3	12	
4.	Координация	15	5	10	
5.	Уровни	15	3	12	
6.	Кросс. Перемещение в пространстве	15	4	11	
7.	Комбинация или импровизация	16	5	11	
V	<b>Постановка танцевальных композиций.</b>	<b>30</b>	10	20	Выступления на концертах и конкурсах
VI	<b>Физическая подготовка, аэробика, партерная растяжка</b>	<b>30</b>	3	27	Личные наблюдения обучающихся и педагога
VII	<b>Прогонь, открытые занятия, выступления</b>	<b>40</b>	10	30	Фото и видео с выступлений
VIII	<b>ПДД</b>	<b>9</b>	4	5	Тест/викторина

***Содержание***

***Вводное занятие***

Теория: Приветствие детей. Сведения о целях группы и о том, чем вместе предстоит заниматься в этом учебном году и в дальнейшем. Знакомство с планом работы. Правила поведения в помещениях Центра. Условия безопасной работы. Объяснение правил техники безопасности, правил пожарной безопасности. Ролевая игра на знакомство.

Практика: Обучающиеся вместе с педагогом принимают правила группы, которые будут действовать все время занятий, обсуждают план работы, предстоящие мероприятия, вносят предложения.

***Знакомство с предметом. Джаз – модерн танец***

Джаз-модерн — это танец, удивительным образом сочетающий в себе элементы джазовой хореографии, стилистику направления модерн и технику классического танца. Это направление очень экспрессивно, позволяет при помощи движений выразить сложные эмоции.

Джаз-модерн отличают динамичные и свободные движения корпуса, грациозные вращения и прыжки. Это танец энергии, жизни, постоянного движения.

Это направление развилось из фольклорных танцев американцев африканского происхождения. Еще в 18 веке «черное» искусство было признано равным «белому». В связи с этим начинается активное развитие афроамериканского танца, обогащение его элементами из других направлений.

Джазовый танец сложился к 20 веку и стал довольно распространен. Он был лишен академичной холодности классического танца, в нем отсутствовала идейная тенденциозность модерна. Джазовый танец отличался легкостью и беззаботностью. Частично он заимствовал некоторые движения из бытового танца.

Джазовый танец нравился публике энергичностью, эмоциональностью. Его часто использовали в различных спектаклях, мюзиклах, кинофильмах.

Основой предмета является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец, тренаж джаз-модерн танца.

Данный предмет вводится в программу параллельно с изучением основ классического танца.

Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу.

**Задача подготовительного уровня** – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

### ***Хореография***

Теория: Терминология. История танца «Модерн». Методика исполнения упражнений у станка и на середине зала.

### ***ЭКЗЕРСИС У СТАНКА***

1. Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie.
2. Battements fondus:
  - ✓ с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов en face;
  - ✓ с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу.
3. Battements frappes et battements double frappes.
  - ✓ на п/п;
  - ✓ с окончанием в demi-plie.
4. Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dadans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied.
5. Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п.
6. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе.

7. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой).
8. Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie).
9. Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans:
  - ✓ работающая нога в положении sur le cou – de – pied;
  - ✓ с подменной ноги.
10. Preparation к pirouette sur le cou – de – pied en dehors et en dedans с V позиции.
11. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

### ***ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ***

1. Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов на всей стопе.
2. Battements fondus:
  - ✓ на п/п;
  - ✓ с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе.
3. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie.
4. Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперед и назад.
5. Pas coupe на п/п.
6. III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед или назад на demi-plie.
7. Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.
8. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.
9. Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV позиции
10. Pas de bourree ballote an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.

### ***ALLEGRO***

1. Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.
2. Grand changement de pieds en tournant на 1/8, 1/4.
3. Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.
4. Double assemble.
5. Sissonne fermee во всех направлениях.
6. Pas de chat.

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений у станка и на середине зала под счет и под музыку.

### ***Изоляция***

Теория: Терминология. Методика выполнения упражнений.

- ✓ Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
- ✓ Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.
- ✓ Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.
- ✓ Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll.
- ✓ Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
- ✓ Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений под музыку.

### ***Упражнения для позвоночника***

Теория: Терминология. Методика выполнения упражнений.

- ✓ Flat back вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.
- ✓ Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» передняя, задняя, боковая).

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений под музыку.

### ***Координация***

Теория: Терминология. Методика выполнения упражнений.

- ✓ Свинговое раскачивание двух центров.
- ✓ Параллель и оппозиция двух центров.
- ✓ Принцип управления «импульсивные цепочки».
- ✓ Координация движений рук и ног, без передвижения.

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений под музыку.

### ***Уровни***

Теория: Терминология. Методика выполнения упражнений.

- ✓ Основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа».
- ✓ Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
- ✓ Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.

- ✓ Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
- ✓ Движения изолированных центров.

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений под музыку.

### ***Кросс. Перемещение в пространстве***

Теория: Терминология. Методика выполнения упражнений.

- ✓ Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
- ✓ Шаги по квадрату.
- ✓ Шаги с мультипликацией.
- ✓ Основные шаги афро-танца.
- ✓ Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
- ✓ Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.
- ✓ Прыжки: hop, jump, leap.

Практика: Самостоятельное выполнение упражнений под музыку.

### ***Комбинация или импровизация***

Теория: разработка комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Практика: выполнение танцевальных комбинаций в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

### ***Постановка танцевальных композиций.***

Теория: Подбор музыкальной композиции (педагогом или самостоятельно). Разбор танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка и эмоциональных смен, понятие целостности танцевальной композиции, образы, костюмы, актуальность.

Практика: Соединение разученных частей в танец. Работа над индивидуальной или групповой постановкой над техникой, точностью передачи образа, ритмичностью, синхронностью исполнения.

### ***ОФП***

Теория: Методика выполнения упражнений

Практика: Выполнение упражнений под музыку обучающимися самостоятельно

### ***Аэробный комплекс***

- ✓ Упражнение 1. Вращение головой
- ✓ Упражнение 2. Вращение руками
- ✓ Упражнение 3. Повороты туловища
- ✓ Упражнение 4. Наклоны туловища в стороны
- ✓ Упражнение 5. Наклоны туловища вперед-назад



- ✓ Упражнение 6. Наклоны
- ✓ Упражнение 7. Махи ногами
- ✓ Упражнение 8. Приседания
- ✓ Упражнение 9. Выпрямление ног
- ✓ Упражнение 10. Тренировка брюшного пресса
- ✓ Упражнение 11. Ножницы
- ✓ Упражнение 12. Велосипед
- ✓ Упражнение 13. Уголок
- ✓ Упражнение 14. Потягивание
- ✓ Упражнение 15. Приседания в стороны
- ✓ Упражнение 16. Кузнечик
- ✓ Упражнение 17. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра
- ✓ Упражнение 18. Разведение рук в стороны
- ✓ Упражнение 19. Сгибание коленных суставов
- ✓ Упражнение 20. Качели
- ✓ Упражнение 21. Подъем корпуса
- ✓ Упражнение 22. Тренировка спины
- ✓ Упражнение 23. Тренировка косых мышц спины

## **Растяжка**

- ✓ Растягивание мышц всего тела
- ✓ Растягивание ягодичных мышц, мышц-разгибателей бедра, спины и шеи
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей шеи, спины и бедра, сгибателей голени и стопы
- ✓ Растягивание косых мышц живота и ягодичных мышц
- ✓ Растягивание мышц, разгибающих и приводящих бедро, сгибающих голень
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, отводящих и разгибающих бедро
- ✓ Растягивание мышц, сгибающих и приводящих бедро, а также разгибающих голени и стопы
- ✓ Растягивание мышц-сгибателей бедра
- ✓ Растягивание передних мышц шеи

- ✓ Растягивание боковых мышц затылка
- ✓ Растягивание мышц шеи
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, и мышц, участвующих в боковых наклонах туловища
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц, участвующих в боковых наклонах туловища и отводящих бедро
- ✓ Растягивание мышц, приводящих и разгибающих плечо, мышц-сгибателей предплечья и кисти, приводящих мышц бедра
- ✓ Растягивание сгибающих и приводящих мышц плеча, а также мышц-сгибателей голени и стопы
- ✓ Растягивание широчайшей мышцы спины и разгибателей плеча
- ✓ Растягивание грудных мышц, сгибателей плеча и предплечья
- ✓ Растягивание мышц-разгибателей плеча

### ***Прогонь, открытые занятия, выступления***

**Практика:** Открытые занятия для родителей и педагогов Центра, совместный прогон танцевальных номеров нескольких групп коллектива («зритель» и «исполнитель» меняются местами). Выступления на различного рода мероприятиях( конкурсы, концерты, мастер-классы, флешмобы).

**Теория:** Просмотр видео-выступлений, обсуждение минусов и плюсов, план индивидуальной работы каждого обучающегося над собой.

### ***Занятия по ПДД***

История дорожных знаков.
Разметка проезжей части улиц и дорог.
Движение пешеходов индивидуально, группами и в колоннах.
Правила поведения участников дорожного движения. Дорожная этика.
Назначение номерных опознавательных знаков и надписей на транспортных средствах.
Остановочный и тормозной путь автомобиля.
Веломототранспорт.
Я и дисциплина. ( Нарушаете ли Вы требования ПДД, сознательно или ошибочно. Были ли Вы свидетелем грубейших нарушений ПДД близкими Вам людьми. Ваша реакция. Ваше общение и общение близких людей с сотрудником ГИБДД).
Пассажиром быть не просто.
Итоговое занятие. ( Как ты знаешь правила дорожного движения.)

**Теория:** знакомство с темами

Практика: обсуждение и разбор конкретных ситуаций, участие в конкурсах и викторинах по ПДД.

***Предполагаемые результаты***

- ✓ Владение базовыми элементами классического танца и джаз-модерн
- ✓ Свободная импровизация под разнообразную музыку.
- ✓ Совершенствование физической формы обучающихся.
- ✓ Развитие творческого восприятия и интереса к различным современным источникам информации (видео, аудио, концертные выступления, телевидение, СМИ).
- ✓ Поиск и систематизация культурного материала, грамотное его использование в качестве источника новых идей.
- ✓ Создание собственных композиций, подборка костюмов и образов.
- ✓ Развитие личностных качеств обучающихся.
- ✓ Развитие лидерского потенциала обучающихся.
- ✓ Участие обучающихся в концертных и конкурсных выступлениях, социально-значимых проектах и мероприятиях патриотического воспитания.
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни.

***Предполагаемые результаты***

- ✓ Владение краткими сведениями из истории современного эстрадного танца.
- ✓ Знание особенностей выполнения основных танцевальных упражнений, техники исполнения.
- ✓ Изучение основных позиции ног и рук, правил постановки тела.
- ✓ Умение соединять части (связки) танца и демонстрировать их.
- ✓ Выполнение упражнений и вращений с большим разнообразием ритмического рисунка, в различном темпе.
- ✓ Развитие танцевальной выразительности, координацию движений, ориентировку в пространстве.
- ✓ Умение мыслить, слушать и слышать учителя и друг друга (при работе в малых группах), исправлять неточности в своём исполнении, находить ошибки при наглядном просмотре, импровизировать.
- ✓ Работа над индивидуальной танцевальной композицией, подбор музыки, образов, костюмов, постановка хореографии, перестроений., рисунков, переходов, привлечение других обучающихся в работу над постановкой.
- ✓ Развитый интерес к работе и отдыху в коллективе, поддержание дисциплины в рабочей и праздничной обстановке.
- ✓ Ответственное отношение обучающихся к своей художественной деятельности - умение организовать себя и показать полученные хореографические знания, умения, навыки.

### *Методическое обеспечение программы*

Хореография – средство эстетического воспитания широкого профиля, её специфика определяется разносторонним воздействием на человека. Решая те же задачи эстетического и духовного развития и воспитания детей, что и музыка, танец даёт возможность еще и физического развития, что становится особенно важным при существующем положении со здоровьем подрастающего поколения. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста (стартовый уровень) необходимо использовать игровой принцип. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и принцип доступности и посильности позволяют предусмотреть учет возрастных особенностей и возможностей воспитанника и в связи с этим – определить посильные задания для каждого. У детей младшего школьного возраста костно-связочный аппарат ослаблен - чрезмерные нагрузки могут повлиять на здоровье ребенка.

Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей воспитанника и степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося.

Принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства - непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия, дисциплинируют воспитанника, приучают его к методичной и регулярной работе. Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие – то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание воспитанников, создают положительные эмоции. На данном этапе включается принцип развивающего и воспитывающего характера обучения.

На начальной стадии разучивания упражнения главенствует принцип наглядности - зрительный анализатор, заключительной части эта роль переходит к двигательному. Привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа, оценки в хореографии включает широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих воспитанника с окружающей действительностью. Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

При правильном распределении материала на занятиях происходит плавное движение от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений. В связи с этим следует отметить целесообразность исполнения подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Обязательным условием успешного обучения также является принцип чередования нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

Принцип осуществления как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей воспитанника. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки воспитанника.

Принцип прочности обучения дает возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях, при создании индивидуальных сольных и дуэтных композиций на выбранную музыку.

Принцип гуманизации образования подразумевает личностно-ориентированный подход к каждому обучающемуся. В центре внимания личностно-ориентированных технологий – личность растущего человека, которая стремится к максимальной реализации своих возможностей (самоактуализации), открыта для восприятия нового опыта, способна на осознанный и ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях. Учет индивидуальных особенностей ребенка: состояние слуха, уровень развития речи, мыслительных операций, особенности высшей нервной деятельности, характера, темперамента, работоспособности, познавательной активности и интересы, уровень эмоционально-волевого развития, сформированность культуры поведения, нравственных знаний и практического их применение, позволяет приспособить учебный процесс к индивидуальным способностям обучающегося.

Положительная оценка работы ребенка является для него важным стимулом. Можно и необходимо отметить и недостатки, внести коррективы, но похвала должна и предварять, и завершать оценку.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи друг с другом.

Основные принципы, используемые для реализации данной учебной программы, базируются на применяемых при работе с обучающимися ***педагогическими технологиями***.

### ***Педагогические технологии***

В основе реализации программы – использование современных педагогических технологий *личностно - ориентированной направленности*, целеполагающей основой которой является внимание к личности ребенка, обеспечение комфортных условий для ее развития. Использование современных технологий в педагогической практике даёт возможность более успешно взаимодействовать с детьми, способствует более полному раскрытию их творческого потенциала.

Главными целями технологии коллективного взаимообучения (КСО) В.К. Дьяченко являются формирование навыков совместной деятельности обучающихся и активизация учебного процесса, направленная на достижение общей цели. В результате регулярно повторяющихся упражнений совершенствуются навыки логического мышления и понимания. В коллективе наблюдается взаимное интеллектуальное и эмоциональное обогащение. Развитие навыков коллективной работы прививается чувство локтя, взаимопонимание и взаимную поддержку. Повышается ответственность не только

за свои успехи, но и за результаты коллективного труда. Отпадает необходимость в сдерживании темпа продвижения одних и в понукании других учащихся, что позитивно сказывается на микроклимате в коллективе.

К личностно ориентированным технологиям обучения относится также технология группового обучения А. Г. Ривина и В.К. Дьяченко — это такая технология обучения, при которой ведущей формой учебно-познавательной деятельности обучающихся является групповая. При групповой форме деятельности обучающиеся делятся на группы для решения конкретных учебных задач, каждая группа получает определенное задание (либо одинаковое, либо дифференцированное) и выполняет его сообща под непосредственным руководством лидера группы или педагога. Цель технологии группового обучения – создать условия для развития познавательной самостоятельности учащихся, их коммуникативных умений и интеллектуальных способностей посредством взаимодействия в процессе выполнения группового задания. Групповая форма несет в себе ряд недостатков – это трудности комплектования групп и организации работы в них, включение сразу всех учеников в работу, рабочий шум на уроке. Несмотря на отмеченные трудности, применение групповой работы при обучении весьма эффективно. Групповая работа способствует более прочному и глубокому усвоению знаний. Технология группового обучения способствует развитию коммуникативных способностей обучающихся (умение слышать других, строить свой ответ, подбирать аргументы, четко и лаконично формулировать свои мысли). При совместной работе учащиеся приучаются сотрудничать друг с другом при выполнении общего дела, формируются положительные нравственные качества личности. Происходит обмен способами учебной деятельности.

Формируются навыки работы с различными источниками информации для решения поставленных перед группой задач.

Взаимопроверка и самопроверка после выполнения самостоятельной работы активизируют познавательную деятельность обучающихся, способствуют развитию самостоятельного творческого мышления. При этом ученик может побывать в роли учителя и в роли отвечающего, что само создает благоприятную обстановку на уроке. Учащийся при этом чувствует себя раскованно, развивается ответственность, формируется адекватная оценка своих возможностей, каждый имеет возможность проверить, оценить, подсказать, исправить.

Технология индивидуализированного обучения (И.Э. Унт) - такая организация учебного процесса, при которой индивидуальный подход и индивидуальная форма обучения являются приоритетными.

Индивидуальный подход как принцип осуществляется в той или иной мере во всех существующих технологиях, поэтому индивидуализацию обучения можно также считать «проникающей технологией». Однако технологии, ставящие во главу угла индивидуализацию, делающие ее основным средством достижения целей обучения, можно рассматривать отдельно, как самостоятельную систему, обладающую всеми качествами и признаками целостной педагогической технологии.

При организации учебного процесса происходит ориентация на индивидуальные особенности обучающихся. Выбор способов, приемов, темпов обучения способствует созданию психолого-педагогических условий не только для развития всех учащихся, но и для развития каждого ребенка в отдельности.

Использование технологии индивидуального обучения позволяет:

- ✓ сохранять и развивать индивидуальности ребенка, его потенциальных возможностей;
- ✓ содействовать средствами индивидуализации выполнению учебных программ каждым учащимся, предупредить неуспеваемость обучающихся;
- ✓ формировать обще учебные умения и навыки при опоре на зону ближайшего развития каждого ученика;

✓ ускорить учебную мотивацию, развитие познавательных интересов.

Целью здоровье сберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни. В данной программе широко применяется физкультурно-оздоровительная технология – технология, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры обучающихся, формирование правильной осанки. В период летних и зимних танцевально-оздоровительных сборов активные игры и занятия на свежем воздухе и оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах. Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о своем здоровье и здоровье окружающих.

Информационная технология обучения (ИТО) - совокупность электронных средств и способов их функционирования, используемых для реализации обучающей деятельности. Кроме традиционных форм и методов проведения занятий, могут быть использованы при обучении такие методы, как:

- ✓ методика работы с Интернет – технологиями (путешествие по сети Интернет, посещение танцевальных сайтов, поиск специальной литературы и необходимой информации по хореографии);
- ✓ методика использования метода проектов на занятиях хореографии с применением средств Microsoft Office (создание банка данных, электронных таблиц);
- ✓ методика использования творческих заданий на занятиях хореографии с применением средств Microsoft Office (создание рекламных проспектов, буклетов, фото - коллажа и т. д.);
- ✓ методика использования аудио, видео и фото редакторов нарезки музыкальных композиций с использованием специальных аудио эффектов, индивидуальных клипов, видео и фото презентаций;
- ✓ методика организации компьютерного практикума на занятиях хореографии (интерактивные игры, составление кроссвордов, тестовые задания);
- ✓ методика использования обучающих видео - программ по различным танцевальным направлениям с использованием проектора.

Формы организации учебных занятий: беседа, практическое занятие, самостоятельная работа, компьютерные практикумы, творческие задания, проекты, интерактивные игры и т. д.

Формы контроля усвоения учебного материала: практические или устные работы, приуроченные к теме занятий; тестовые задания, зачеты, контрольные работы, опрос, викторины, самоконтроль.

#### ***Методы работы с обучающимися:***

1. Метод активного слушания музыки, поиск ритма, темпа, ритмические хлопки с выделением заданных счетов.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков.
5. Метод чередования коллективной работы, в малых группах, в парах и индивидуальной.

6. Метод психологического тренинга и психологии поведения.
7. Метод активного введения самостоятельных занятий с целью анализа собственных достижений и проблемных моментов, с целью постановки сольных и дуэтных композиций на заданную тему или музыку, через создание сюжета, подборки костюма и образа и с применением индивидуальных пластических и эмоциональных решений.

Взаимодействие применяемых педагогических технологий, методов и принципов работы с обучающимися на основных видах занятий и прочих формах образовательного процесса помогают максимально полно реализовать поставленные задачи на каждом уровне программы и всей программы в целом.

Постоянный поиск форм и методов организации учебного и воспитательного процесса позволяет делать работу с детьми более разнообразной, эмоциональной и информационно насыщенной.

#### ***Алгоритм типового учебного занятия***

**Вид занятия** - обучающее - по передаче и закреплению знаний.

**Тип занятия** - комбинированное учебное занятие.

**Тема занятия:** изучение танца хип-хоп в процессе разучивания танцевальной связки.

**Место проведения** - танцевальный класс.

**Материалы** - музыкальный центр, видео проектор.

**Цель занятия** - организовать деятельность по усвоению теоретического и практического материала.

**Задачи:**

#### ***Образовательные(предметные):***

- ✓ познакомить с танцевальным стилем «хип-хоп»,
- ✓ обучить основам танцевального направления хип-хоп,
- ✓ показать танцевальную связку

#### ***Метапредметные:***

- ✓ научить взаимосвязи музыки и движения,
- ✓ развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку,
- ✓ формировать трудолюбие, основы самоконтроля, самостоятельность, умение доводить начатое дело до конца

#### ***Личностные:***

- ✓ развивать умения самовыражаться, самоутверждаться, сформировать способы социального взаимодействия,
- ✓ создавать условия для развития коммуникативных способностей, умение жить в коллективе,
- ✓ создать условия для раскрытия и развития творческого потенциала,
- ✓ формировать устойчивый интерес к занятиям хореографией
- ✓ поддерживать стремление каждого обучающегося к достижению высокого творческого результата.



## Этапы занятия

1. Организационный этап: приглашение педагогом детей в танцевальный класс, построение в линии, в шахматном порядке, поклон – приветствие.
2. Проверочный этап: проверка готовности детей к занятию, наличие дневника обучающегося, выполнение домашнего задания.
3. Подготовительный этап: объявление темы и целей, знакомство с планом занятия, введение в предлагаемый образовательный материал.

### Основная часть занятия: работа по новому материалу

1. Этап первичного усвоения: разучивание танцевальной связки
2. Этап практического использования: в процессе повторения воспитанники действуют по образцу.
3. Обобщающий этап: детям предлагается самим дать оценку информации и выделить основную мысль, заложенную в материале.
4. Итоговый этап: выставление оценок в дневник.
5. Рефлексивный этап: разделение группы на «конкурсантов» и «судей» с последующей сменой ролей, самостоятельная оценка выполнения задания по заданным педагогом критериям оценки и балловой системе.
6. Информационный этап: получение домашнего задания
7. Этап релаксации: проведение «заминки»

## Ход занятия.

Дети организованно проходят в зал, по сигналу педагога, дети строятся в шахматном порядке, занимая все пространство зала. Выполняется поклон-приветствие педагога

Вызывается желающий провести разминку с комментариями педагога по поводу важности разогрева и растяжения всех групп мышц перед активной тренировкой для последующего безопасного выполнения сложных танцевальных элементов. (10-15 мин)

Упражнения для улучшения эластичности шейного сустава и подвижности плечевых суставов: повороты, наклоны головы, вращения.

Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья: броски и вращения в локтях и плечах (два плеча, по очереди, в ускоренном темпе).

Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья: вращения пальцами(волна), сжатие и разжатие кулаков, вращение кистями рук.

Упражнения для улучшения подвижности гибкости суставов позвоночника: вращение корпусом вправо, влево, наклоны в сторону, упражнение «столик».

Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.

Упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

*Педагог:* Танец – это способ выразить свое настроение и чувства при помощи ритмичных шагов и движений тела. Наши древние предки сопровождали танцами все события, которые происходили в их жизни.

*Педагог:* А какие виды танца вы знаете?

*Дети:* ответы.

*Педагог:* Сейчас я вас познакомлю со стилем танца хип-хоп, посмотрите.

На экране мы видим видеоряда подборки выступлений сольных профессиональных исполнителей стиля хип-хоп и коллективов. Видеоряда сопровождается комментариями педагога. ( 5-10 мин)

*Педагог:* а сейчас мы с вами выучим небольшую танцевальную связку.

Прослушивание музыкального материала. Определение ритма, размера, музыкальных акцентов, характера произведения педагогом совместно с обучающимися. ( 3-5 мин)

Разучивание танцевальной связки, сначала всем коллективом, затем по группам, для возможности параллельной самостоятельной работы одной из групп. ( 20-35 мин)

*Педагог:* А сейчас мы с вами организуем мини конкурс по пройденному материалу.

Делим группы на «конкурсантов» и «судей» с последующей сменой ролей

*Педагог:* Задача «судей» оценить выступление по таким критериям как:

- ✓ музыкальность (умение попадать в ритм, музыкальные акценты, тайминг);
- ✓ техника исполнения (точное повторение танцевальных движений, показанных педагогом);
- ✓ имидж (самовыражение, презентация, контакт со зрителем)

Оценка каждого должна быть аргументирована и иметь рекомендательный характер. После выставления оценок группы меняются. Педагог корректирует правильность выставления оценок учитывая пожелания всех обучающихся. ( 10-15 мин)

Подведение итогов. ( 2-3 мин)

*Педагог:* Сегодня мы познакомились с таким направлением танца, как Нip-hop, выучили танцевальный кусок, попробовали себя в роли «судей», научились грамотно оценивать и себя и наших товарищей

Педагог: А сейчас мы с вами проведем «заминку» - это термин, обозначающий вид легкой нагрузки. Её используют после тяжелой тренировки, для обеспечения плавного перехода организма из возбужденного состояния в состояние покоя. ( 3-5 мин)

*Педагог:* Вашим домашним заданием будет повторение танцевальной связки, закрепления пройденного материала. На следующем занятии пройдет проверка домашней работы. Очень советую хорошенько поработать дома, чтобы показать отличный результат и получить хорошую оценку.

По сигналу педагога, дети строятся в шахматном порядке, занимая все пространство зала. Выполняется поклон-прощание. ( 1-2 мин)

### ***Оценка эффективности реализации учебной программы.***

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, скорость его усвоения и возможность его применения в последующей хореографии учащихся, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуются участием ребят в концертах и победах на конкурсных выступлениях, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

### ***Техническое и дидактическое обеспечение занятий.***

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- ✓ наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- ✓ качественное освещение в дневное и вечернее время;
- ✓ музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- ✓ видеоаппаратура и видеозаписи;
- ✓ специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик, для занятий аэробикой – гимнастические скакалки и утяжелители);
- ✓ костюмы для концертных номеров.

### ***Литература***

1. Асмолов А.Г. Как проектировать универсальные учебные действия: от действия к мысли. - М., 2008.
2. Мошнина Р.Ш., Батырева С.Г., Хиленко Т.П., Шевелева Н.Н., Яковлев Д.Е. Подготовка образовательных учреждений к введению ФГОС в начальной школе. Метод. пособие. – С.: УЦ «Перспектива», 2011. – 44 с.
3. Белова В.А., Корнеева И.Г. Должностные обязанности педагогических работников и учебно-воспитательного персонала образовательных учреждений и средних учреждений дополнительного образования. Выпуск 2. - Издательство: УЦ "Перспектива", 2011.
4. Бордовская Н.В. Современные образовательные технологии. – М.: КноРус, 2015.
5. Волков Б.С. Психология возраста. От младшего школьника до старости. Логические схемы. Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2013.
6. Гойжа Н.В. Креативное развитие ребенка: практическое пособие для педагогов, гувернёров, родителей. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2014.
7. Ерёмин В.А. Отчаянная педагогика: организация работы с подростками. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2014.
8. Жадаева А. В., Пяткова А. В. Технология. Творческие проекты: организация работы. – М.: Издательство: Учитель, 2015.
9. Исенко С. П. Целевые ориентиры дополнительного образования детей. Методическое пособие. – М.: Издательство: "Педагогическое общество России", 2015.
10. Корнев Д. В. Компетентностный подход в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации ФГОС. – М.: Издательство: УЦ "Перспектива", 2014.

11. Кузнецова Н. А. Формирование личностных компетенций учащихся. – М.: Издательство: Учитель, 2014.
12. Кучма В.Р. Гигиеническая безопасность использования компьютеров в обучении детей и подростков. ФГОС. – М.: Просвещение, 2013.
13. Малыгина Л.Б. Проектирование и анализ учебного занятия в системе дополнительного образования детей. ФГОС. – М.: Издательство: Учитель, 2015.
14. Авдулова Т.П., Гребенникова О.В. Диагностика и развитие моральной компетентности личности младшего школьника: Психолого-педагогическая служба сопровождения ребенка. Учебное пособие. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2014.
15. Афанасенко Е. Х., Ключеева С. А. и др. Детский музыкальный театр: программы, разработки занятий, рекомендации. – М.: Издательство: Учитель, 2009.
16. Винер И.А. Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. ФГОС. – М.: Просвещение, 2011.
17. Галагузов А.Н. Галагузова М.А. Ларионова И.А. Социально-педагогические задачи. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2008.
18. Дунаев Ю. Репертуар детского театра. Скetchи и миниатюры. – М.: Издательство: Феникс, 2014.
19. Кириченко С. Н. Оздоровительная аэробика. 10-11 классы: программа, планирование, разработки занятий. – М.: Издательство: Учитель, 2014.
20. Лоскутникова Л.П. Сценарии детских утренников и праздников. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2015.
21. Макеева А.Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. ФГОС. – М.: Просвещение, 2014.
22. Малыгина Л.Б. Досуговые программы для детей и подростков. Проектирование. Реализация. Экспертиза. – М.: Издательство: Учитель, 2015.
23. Мурзинова Р.М. , Воропаев В.В. Воспитание как составляющая деятельности спортивного педагога. – М.: КноРус, 2015.
24. Мухин В.И. Управление интеллектуальной собственностью. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2007.
25. Николаева С.О. Занятия по культуре поведения с дошкольниками и младшими школьниками/Литературный и музыкально-игровой материал. Учебно-методическое пособие. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2007.
26. Петрусинский В.В., Розанова Е.Г. Развитие и воспитание в играх. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2010.
27. Савченков Ю.И., Шилов С.Н., Солдатова О.Г. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков): БАКАЛАВРИАТ учеб. пособие для студентов пед. вузов. – М.: Изд.: ВЛАДОС, 2014.
28. Концепции федеральных государственных образовательных стандартов общего образования / Под ред. А. М. Кондакова, А. А. Кузнецова. — М.: Просвещение, 2008.
29. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Под ред. В. В. Козлова, А. М. Кондакова. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2010
30. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. — М.: Просвещение, 2011.
31. Васильева Т. С. ФГОС нового поколения о требованиях к результатам обучения [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы IV междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, январь 2014 г.). — СПб.: Заневская площадь, 2014. — С. 74-76.
32. Педагогика и психология высшей школы./под. ред. М. В. Булановой-Топорковой: Учебное пособие. - Ростов н/Д:Феникс, 2002. - 544 с.
33. Курс лекций на тему «Физкультурно-оздоровительные технологии», Сибирский Государственный университете физической культуры и спорта/ Коллектив Авторов  
И. А. Ивко: Учебное пособие. – Омск 2009

34. Луков Вал. А. Хип-хоп культура // Знание. Понимание. Умение. — 2005. — № 1. — С. 147—151.
35. Гин А. Приемы педагогической техники. М, «Вита-пресс», 2011
36. Котельникова Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений. Л., 1986
37. Куприянов Б.В. Детская студия в УДОД: попытка целостного взгляда. «Дополнительное образование и воспитание», № 2, 2007
38. Маленкова Л.И. Теория и методика воспитания. М, Педагогическое общество России, 2004
39. Методика воспитательной работы Под ред. В.А.Сластенина М, Академия, 2004
40. Ражников В.Г. «Школа настроения - методика развития художественного сознания детей», журнал «Искусство в школе», № 1, 1993.
41. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика. - 1991.
42. Рубштейн Н. Закон успешной тренировки. М, «Один из лучших», 2002
43. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. С-Пб, Детство-пресс, 2010
44. Биологические и педагогические аспекты выносливости //Матер, всесоюзн. симп. //Теория и практика физической культуры, 1972, №8, с. 29-33.
45. Желязков Ц.О. сущности спортивной формы. //Теория и практика физической культуры, 1997, № 7.
46. Зациорский В.М. Воспитание физических качеств: Учебн. ТИМФВ для ИФК. - М.: Физическая культура и спорт, 1967

### ***Интернет-ресурсы***

1. Министерство образования и науки Российской Федерации. <http://mon.gov.ru/>
2. Федеральный институт развития образования. <http://www.firo.ru/>
3. Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. <http://turcentrrf.ru/>
4. Сеть творческих учителей: Педагоги дополнительного образования. <http://www.it-n.ru>
5. Сайт о дополнительном (внешкольном) образовании ВНЕШКОЛЬНИК.РФ <http://www.dop-obrazovanie.com> / Статья на тему: Основные принципы развития ребёнка на занятиях хореографией/Волкова Н.А./ Доклад На тему: Личностно-ориентированное обучение/ Донгак Н.О.
6. Обучение Танцам от Артёма Юрзина/ [https://vk.com/topic-48901069\\_27911086](https://vk.com/topic-48901069_27911086)
7. Youtube-канал <https://www.youtube.com/user/MahaloDance>, приложение Learn Hip Hop Dance <https://itunes.apple.com/ru/app/learn-hip-hop-dance-free>
8. <http://olgakonysheva.blogspot.ru/2013/06/hip-hop-house.html> © Olga Konysheva
9. Keep It Real. Авторский блог независимых хип-хоп журналистов Андрея Михеева, Дмитрия Нечаева и Александра Блинова. Дмитрий Нечаев является одним из первых в России рэп-продюсеров. Проверено 24 июля 2009. Архивировано из первоисточника 25 августа 2011.
10. HIPHOP.in.UA. Первый полноценный информационный портал, на территории Украины, полностью посвященный хип-хоп культуре и рэп музыке.. Проверено 24 июля 2009. Архивировано из первоисточника 25 августа 2011.
11. [dancehall moves](http://dancehallmoves.com), [dance www.gangalee.net](http://dance.gangalee.net)

Утверждено  
 Приказом директора  
 АНО «Павловская гимназия»  
 № 219-АДМ от 31.08.2023 г.

**Календарный учебный график**  
**Дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец»**  
**(базовый уровень)**

год обучения: 1

группа: 1 классы

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	09	4-8	16:45-18:30	Беседа	2	Вводное занятие История развития современного танца	Опрос
2	09	11-15	16:45-18:30	Теоретическое занятие Практическое занятие	2	Основные направления современного танца Музыка, знакомство с ритмом	Опрос Наблюдение
3	09	18-22	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Изучение и повторение параллельных позиций ног Вторая и четвертая позиции	Наблюдение
4	09	25-29	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Изучение и повторение положений рук Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	Наблюдение
5	10	2-6	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Основные положения корпуса Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	Наблюдение
6	10	9-13	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Изучение и повторение движений изолированных центров и техника их исполнения	Наблюдение
7	10	16-20	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки движения аренами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).	Наблюдение

8	11	10-13	16:45-18:30	Практическое занятие	2	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.	Наблюдение
9	11	17-20	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Повторение пройденного материала	Опрос, наблюдение
10	11	24-27	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Движение грудной клеткой – диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание.	Наблюдение
11	12	1-4	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.	Наблюдение
12	12	8-11	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса	Наблюдение
13	12	15-18	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Координация изолированных центров	Наблюдение
14	12-01	22-12	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	Наблюдение
15	01	15-19	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Повторение пройденного материала	Опрос, наблюдение
16	01	22-26	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Построение и разучивание экзерсиса на середине зала	Наблюдение
17	01-02	29-2	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Plie с различными движениями рук	Наблюдение
18	02	5-9	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Упражнения для позвоночника Твист и спирали торса High-release (хай-релиз) + Body roll (волны)	Наблюдение
19	02	12-16	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Элементы гимнастики Мостик Стойка на руках Колесо	Наблюдение
20	02-03	19-11	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание прессы	Наблюдение
21	03	15-18	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Импровизация	Наблюдение

						Расслабление, исследование своего тела, бодиворк	
22	03	22-25	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Дыхание (каждое движение построено на дыхании)	Наблюдение
23	03-04	29-1	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
24	04	5-8	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
25	04	12-15	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
26	04	19-22	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
27	04-05	26-13	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
28	05		16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
29	05	17-20	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	Наблюдение
30	05	24-27	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Повторение пройденного материала	Анализ
31	05-06	31-3	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Проверка выученных комбинаций	Анализ
32	06	7-10	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Проверка выученных комбинаций	Анализ
33	06	14-17	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Проверка выученных комбинаций	Анализ
34	06	21-24	16:45-18:30	Практическое занятие	2	Концерт	Анализ