

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Копьевский районный Дом детского  
творчества»

Рассмотрено на заседании Педагогического совета МБУ ДО «КРДДТ» Протокол № 1 от 08.09.2021	Согласовано: Заместитель директора по УВР МБУ ДО «КРДДТ» _____	Утверждено: Директор МБУ ДО «КРДДТ» _____ Гончар О.Г. Приказ № 26 от 08.09.2021
--	--	--

**Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая  
программа по хореографическому творчеству  
«Радуга танца»**

**Уровень программы:** базовый

**Срок реализации программы:** 1 год, 68ч.

**Возрастная категория:** 10-12 лет

**Состав группы:** 15-18 человек

**Форма обучения:** очная, дистанционная

Составитель:  
Гончар Ольга  
Геннадьевна  
педагог  
дополнительного  
образования

п. Копьево, 2021год

## Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Учебный план .....	6
1.3. Содержание тем.....	7
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	14
2.1. Формы аттестации .....	14
2.2. Оценочные материалы .....	15
2.3. Условия реализации программы.....	19
2.4. Методическое обеспечение программы.....	19
2.5. Календарно-учебный график .....	21
3.Список литературы .....	22
Приложение.....	23

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

**Актуальность программы** характеризуется тем, что в образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Такой интерес и востребованности в дополнительных образовательных услугах художественной направленности привело к созданию общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Радуга танца».

**Направленность программы** по содержанию является художественной; по форме организации – групповой. По времени организации – одгодичной, с отработкой определенного репертуара, соответствующего возрасту и возможностям обучающихся.

**Уровень сложности** – базовый. Дети в течение года участвуют в постановке танцев на основе ранее сформированных ЗУН.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Радуга танца» составлена в соответствии согласно требованиям следующих **нормативных документов**:

- Устав МБУ ДО «Копьевский районный Дом детского творчества»;
- Министерство Просвещения Российской Федерации Приказ от 30 сентября 2020 г. N 533 О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 Г. № 196
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 13.07.2021)
- Письмо Минобрнауки РФ от 11 декабря 2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (Зарегистрирован 29.01.2021 № 62296)

#### **Отличительные особенности данной программы:**

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Радуга танца» заключается в том, что хореографический коллектив «Вдохновение» нашего района единственный коллектив, который строит свою работу через синтез классической, народной и современной хореографии.

*Новизна* программы состоит в том, что на занятиях постановочной работы обучающиеся изучают как большие, так и малые формы танца. Обучающиеся регулярно задействованы в мероприятиях различного уровня (конкурсы, фестивали) с танцевальными постановками, разученными на занятиях.

**Межпредметные связи.** На занятиях хореографии чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. Занятия тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Хореография способствует общему разностороннему развитию, корректируют эмоционально-волевою зрелость. У обучающихся развивается чувство ритма,

музыкальный слух и память, совершенствуются двигательные навыки, развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

**Вариативность содержания** - на занятиях предоставляются задания различного уровня сложности в зависимости от уровня развития обучающихся.

В процессе освоения материала программы нужно соблюдать принцип «от простого к сложному». Обучение производится постепенно и планомерно с усложнением лексики, введением новых технических приёмов, усложнением композиций.

**Адресаты программы** (*характеристика обучающихся*) – возраст детей участвующих в реализации данной программы 10-12 лет, проявляющих интерес к искусству хореографии.

Психология и физиология 10-12 - летнего ребёнка: этот возраст рассматривается как относительно спокойный по сравнению с дошкольным и подростковым; физические способности наиболее интенсивно развиваются, что способствует усвоению более технических и сложных форм движений хореографии. Обучение по программе рассчитано как для вновь прибывших детей, так и для детей освоивших программу «Азбука танца» стартового уровня.

**Объем и срок освоения программы. Режим занятий.**

Реализация программы осуществляется в течение 1 года. Для обучающихся 10-12 лет по 2 академических часа, 1 раз в неделю (68 часов в год).

**Форма обучения** – очная, при сложной эпидемиологической обстановке программа переходит в курс дистанционного обучения. Основной формой работы в коллективе является учебно-практическая деятельность.

*Используются следующие формы работы на занятиях:*

- групповая форма в сочетании с индивидуальным подходом;
- парная, которая может быть представлена постоянными и сменными парами;
- коллективная – концертная деятельность (выступление с танцевальными номерами).

**Особенности организации образовательного процесса**

Программа рассчитана на реализацию в условиях учреждения дополнительного образования для учащихся 10-12 лет на основе разноуровневого подхода.

Формирование учебных групп осуществляется на добровольной основе, без специального отбора и хореографической подготовки, по возрастному признаку – обучающиеся среднего школьного возраста. Главным условием является желание ребенка заниматься танцевальным искусством. На данную программу могут поступить обучающиеся после предварительного просмотра и оценки уровня подготовки – знаний, навыков, умений, которыми они владеет.

Прием в группы осуществляется по предъявлению медицинской справки и заявления от родителя или лиц, заменяющих их.

Реализация программы проводится в форме теоретических и практических занятий согласно календарно-тематическому плану. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения по дополнительному образованию, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося. Наполняемость групп обучения – не менее 15 человек. Состав группы постоянный.

Занятия для учащихся 10-12 лет проводятся из расчета 1 академический час – 45 минут, между занятиями 10 минутный перерыв. Обязательны физкультминутки, динамические паузы. Помещение для занятий регулярно проветривается, проводится влажная уборка, соблюдается температурный режим (согласно «СанПиН 2.4.3648-20 от 18.12.2020 N 61573»). Обучающиеся ознакомлены с инструкциями о санитарно-гигиенических правилах во время занятий.

**Доступность реализации программы для разных категорий обучающихся.**

Данная программа может реализовываться дистанционно, что повышает доступность получения дополнительного образования для детей находящихся на самоизоляции, проживающих в сельской местности и детей с ОВЗ, для которых дополнительное образование

не всегда доступно, также для одаренных детей.

*В сложившихся эпидемиологических условиях пришлось изменить основные формы работы с детьми и родителями.* Детям были предложены обучающие ролики по отработке основных движений, связок, отдельных комбинаций по темам программы запланированных на данный период. Обучающиеся добросовестно отработывали предложенный материал и присылали видео отчеты о выполненной работе. Считаю хорошим результатом этого сложного периода, что дети не растеряли навыки, и при переходе на привычное обучение показали высокие результаты сначала в он-лайн, а затем и в очных конкурсах.

**Цель программы:** укрепление физического здоровья школьников по средствам хореографии, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

**Задачи:** (личностные, метапредметные, предметные)

1. Научить выразительности и пластичности движений.
2. Развивать двигательную активность и координацию движений.
3. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.
4. Научить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
5. Развивать музыкальные способности (чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку).
6. Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности.

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

1. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
2. Проявлять положительные качества личности (самостоятельность, доброжелательность, взаимопомощь и сопереживание) и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

**Предметные:**

1. Получат знания, умения и навыки в области хореографического искусства и смогут применять их в практической деятельности.
2. Овладеют искусством исполнения классических и современных танцевальных движений.
3. Смогут самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.
4. Смогут двигаться активно, пластично, выразительно в характере образа и движений.

**Метапредметные:**

1. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
2. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Для реализации **программы используются элементы следующих педагогических технологий:** личностно-ориентированные технологии, развивающее обучение, игровые технологии на развитие воображения, танцевальной импровизации.

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела, темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>В том числе</b>	
			<b>Теория</b>	<b>практика</b>
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Учебно-тренировочная работа</b>	<b>44</b>	<b>4</b>	<b>40</b>
2.1	Гимнастика	10	1	9
2.2	Элементы классического танца	12	2	10
2.3	Элементы народного танца	12	2	10
2.3	Современный танец	10	1	9
<b>3</b>	<b>Импровизация</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>Репетиционно-постановочная работа</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
<b>5</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>9</b>	<b>59</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ

№ п/п	Наименование раздела, темы	Содержание	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ и правилам поведения. Введение в программу.	-
2  2.1	Учебно- тренировочная работа Гимнастика	Объяснение и показ правильного исполнения движений, для чего оно необходимо, что развивает, какие мышцы задействованы. 1. Просмотр фильмов «Технологии спорта. Художественная гимнастика». «Фабрика Гришко. Как изготавливаются пуанты».	1. Упражнения для стоп. 1.1. Releve на полупальцах в VI позиции: а) на середине; б) с одновременным подъемом колена (лицом к станку); 1.2. Из положения - сидя на пятках, подняться на пальцы (подъем должен "вывалиться"), перейти на полу - пальцы, опустить пятки на пол. Все сделать в обратном порядке и вернуться в исходное положение; 1.3. Сидя на пятках, спина круглая, перейти в положение - сидя на подъем, руки опираются около стоп; 1.4. Лицом к станку: из I позиции поставить правую ногу на "полу - пальцы" (колено находится в выворотном положении), перевести ногу" на пальцы и вернуть ногу в исходную позицию. 2. Упражнения на выворотность. 2.1. «Лягушка" с наклоном вперед; 2.2. Сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли I позицию, и выпрямить ноги вперед; 2.3. Лежа на спине, подъем ног на 90° по I позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп. 3. Упражнения на гибкость вперед. 3.1. Спиной к станку, держась за опору руками, пружинящие наклоны вперед (по I и II позициям). Следить за прямой спиной; 3.2. Лежа на полу, ноги в I позиции. Сесть, сделать наклон вперед, сесть, вернуться в исходное

		<p>положение;</p> <p>3.3. В глубоком plie по II позиции, руки продеть с внутренней стороны голени и взяться за стопы, сохраняя положение рук, выпрямить колени с одновременным наклоном туловища;</p> <p>3.4. Спина к станку: "кошечка", т.е. последовательный волнообразный прогиб из положения "стоя" в наклон вперед. Прогиб начинается с верхних звеньев позвоночника. Движение делается и в обратном порядке.</p> <p>4. Развитие гибкости назад.</p> <p>4.1. "Кошечка" - из положения "сидя на пятках" перейти, не отрывая грудь от пола, в положение "прогнувшись в упоре". Сильно прогнуться и вернуться в исходное положение;</p> <p>4.2. "Корзиночка". В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик");</p> <p>4.3. "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик");</p> <p>4.4. Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.</p> <p>5. Силовые упражнения для мышц живота.</p> <p>5.1. "Уголок" из положения лежа;</p> <p>5.2. Стойка на лопатках без поддержки под спину;</p> <p>5.3. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через gondсобрать в 1 позицию.</p> <p>6. Силовые упражнения для мышц</p>
--	--	--

		<p>спины.</p> <p>6.1. Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища. Партнер придерживает за колени;</p> <p>6.2. Лежа на животе, поднимание и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении);</p> <p>6.3. Лежа на животе, поднимание и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках);</p> <p>6.4. Стоя в 1 позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение "упор лежа". При этом стараться удерживать пятки в 1 позиции на полу. Сгибаясь в тазобедренных суставах, подтянуть ноги в 1 позиции, как можно ближе к рукам. Подняться в исходное положение.</p> <p>7. Упражнения на развитие шага.</p> <p>7.1. Лежа на полу, battements releve l'entrejambe 90° по 1 позиции во всех направлениях;</p> <p>7.2. Лежа на полу, grand battement jeté по 1 позиции во всех направлениях;</p> <p>7.3. Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу вперед;</p> <p>7.4. Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая рука на полу;</p> <p>7.5. Сидя на полу с ногами по 1 позиции, развести ноги до прямого шпагата, лечь вперед и, разворачивая ноги в тазобедренных суставах, перевести их в "лягушку" на животе. Прodelать все в обратном порядке;</p> <p>7.6. Лежа на боку, battement developpé правой ногой, с сокращенной стопой. Захватить ее: а) правой рукой; б) левой рукой.</p> <p>7.7. Равновесие с захватом правой</p>
--	--	---

			<p>руки голеностопного сустава правой ноги: а) вперед; б) в сторону; в) назад.</p> <p>8. Прыжки.</p> <p>8.1. Прыжки с продвижением в полушпагате с поочередной сменой ног;</p> <p>8.2. Grand jete.</p> <p>9. Комплексный урок.</p> <p><i>Примечание!</i></p> <p>1. При работе с упражнениями большое внимание уделяется изучению мышц и связок тела, а также, какое движение способствует укреплению тех или иных мышц и связок.</p> <p>2. При проведении занятия упражнения по каждой теме могут добавляться и корректироваться.</p>
--	--	--	---

2.2.	Элементы классического танца	<p>1. Просмотр видеоматериала «Балеты».</p> <p>2. Урок-игра по терминологии классического танца.</p>	<p>Экзерсис у станка (одной рукой за станок).</p> <p>1. Комбинация demi и grand plie по I, II, V позициям (допускается комбинирование с другими элементами). Проучивание IV позиции в отдельной комбинации plie.</p> <p>2. Комбинация Battements tendu в промежуточной раскладке (можно комбинировать с passé par terre).</p> <p>3. Комбинация Battements tendu jete. Движение пике проучивается и включается в комбинацию.</p> <p>4. Комбинация Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>5. Комбинация sou-de-pied. Проучивание элемента frappe.</p> <p>6. Battements releves lents на 90° вперед, в сторону и назад.</p> <p>7. Grand battement в сторону. Проучить вперед и назад.</p> <p>8. Комбинация на растяжку. На середине зала:</p> <p>9. Temps lie par terre с перегибом корпуса вперед и назад.</p> <p>10. Allegro: Temps saute по I, II, V позициям в комбинации и с увеличением темпа.</p> <p>11. Allegro: Changement de pieds. Эшапе по II позиции.</p> <p>12. Вращения. Шене, шаг поворот по 6 позиции.</p>
------	------------------------------	--	--

2.3.	Современный танец	<p>1. Запись терминологии.</p> <p>2. Тест по терминологии современного танца.</p>	<p>1.«Разогрев»</p> <p>1.1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.);</p> <p>1.2. Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса;</p> <p>1.3. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.</p> <p>2. Изоляция.</p> <p>2.1.Комплексы изоляций.</p> <p>2.2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.</p> <p>2.3. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров.</p> <p>2.4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.</p> <p>2.5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.</p> <p>2.6. Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.</p> <p>2.7. Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).</p> <p>3.Координация.</p> <p>3.1.Бицентриа: движение двух центров в параллель и оппозицию.</p> <p>3.2.Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.</p> <p>3.3.Трицентриа в параллельном</p>
------	-------------------	---	---

			<p>направлении.</p> <p>3.4.Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках.</p> <p>3.5.Использование различных ритмов в использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентированно и резко.</p> <p>4.Упражнения для позвоночника.</p> <p>4.1.Соединение в комбинации движений, изученных ранее.</p> <p>4.2.Использование падений и подъёмов во время комбинаций.</p> <p>4.3.Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.</p> <p>5.Уровни.</p> <p>5.1. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса.</p> <p>5.2. Перемещение из одного уровня в другой.</p> <p>5.3. Упражнения стрэч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.</p> <p>6.Кросс. Передвижение в пространстве.</p> <p>6.1. Комбинации шагов, соединенными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).</p> <p>6.2. Использование contraction и release во время передвижения.</p> <p>6.3.Вращение как способ передвижения в пространстве.</p> <p>6.4.Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.</p> <p>6.5.Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.</p> <p>7.Комбинация или импровизация.</p> <p>7.1.Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.</p> <p>7.2.Танцевальные комбинации в стиле различных направлений эстрадного танца.</p>
--	--	--	--

3	<b>Импровизация</b>	1.«Главные особенности при сочинении и разводке танца».	1.Разбор движений танца по видеоматериалу. <i>Примечание!</i> Работа осуществляется в паре. Размер воспроизведения 8 тактов. Если какое-либо движение непонятно на видеозаписи, то его необходимо заменить движением собственного сочинения. 2. Постановочная работа комбинации на коллектив каждой мини группы. <i>Примечание!</i> Каждый из группы разводит по 4 такта.
4	<b>Репетиционно – постановочная работа</b>	Анализ исполнения. Работа над ошибками.	Разучивание и отработка движений танца по современной, народной или эстраднойхореографии. Постановка танца. Работа с солистами и отстающими. Отработка танца.
5	<b>Итоговое занятие</b>	Анализ; акцент на качестве исполнения; сравнительные характеристики и коррекция. Теоретический тест на итоговой аттестации.	Открытое занятие или отчётный концерт. Итоговая аттестация.

### **Требования к результатам обучения**

#### **Обучающиеся**

##### **Узнают:**

- хореографические названия изученных элементов;
- элементы специальных упражнений для развития гибкости всего тела;
- элементы классической и современной хореографии, а так же их понятия;
- главные особенности при разводке и сочинении танца.

##### **Научатся:**

- грамотно исполнять изученные элементы классического, народного и современного танцев;
- анализировать просмотренный материал по конкретной тематике;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- знать и выполнять правила сценической этики;
- координировать свои движения;
- самостоятельно импровизировать на заданные темы: выразить собственные ощущения, используя язык хореографии.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Формы аттестации.**

В соответствии с Положением об аттестации обучающихся МБУ ДО «КРДДТ», аттестация проводится два раза в год: декабрь (промежуточная), май (промежуточная).

Используются результаты сценической деятельности, хореографического мастерства. Основным методом отслеживания результатов обучения является наблюдение, что позволяет

выявить положительные результаты, либо затруднения и своевременно скорректировать дальнейшие планы, наметив перспективу работы всей группы.

В процессе обучения применяются следующие виды контроля:

- стартовый (входящий), используется в начале учебного года и при поступлении вновь пришедших обучающихся;

- промежуточный, проводится в середине учебного года;

- завершающий – по результатам освоения программы.

**Форма оценивания** - уровневая (высокий, средний, низкий).

На основании результатов промежуточной аттестации определяется успешность развития детей и усвоения ими общеобразовательной общеразвивающей программы на определенном этапе обучения. Результаты аттестации фиксируются протоколом.

## 2.2. Оценочные материалы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов:

Показатели планируемых результатов	Критерии оценивания и отслеживания	Уровни усвоения		
		Низкий	Средний	Высокий
<b>Предметные, из них:</b>		51-60%	61-80%	81-100%
Теория	Знание терминологии классического, народного, современного танца; музыкальные понятия; знание правил исполнения гимнастических и танцевальных элементов; основные моменты истории хореографического искусства.	Слабо владеет терминами и основными понятиями; не знает правил исполнения элементов; путает основные моменты истории хореографического искусства.	Владеет терминами и основными понятиями, но с небольшими подсказками; испытывает трудности при ответе на вопрос о правилах исполнения элементов и основных моментах истории хореографического искусства	Владеет терминами и основными понятиями; знает правила исполнения элементов; знает основные моменты истории хореографического искусства.

<p>Практика</p>	<p>Развитость физиологических данных:  - подъём стопы (натянутость стоп);  - выворотность в тазобедренном суставе ("бабочка");  - хореографический шаг (шпагат);  - гибкость тела (складочка вперёд и лягушка);  - высота прыжка.</p>	<p>Данные отсутствуют или проявляются слабо:  - подъём стопы маленький;  - в "бабочке" колени не касаются пола;  - шаг: для мальчика ниже 90 градусов, для девочки ниже 120 градусов;  - гибкость тела: в складочке корпус не прилегает к ногам, в лягушке ноги далеко расположены от головы;  - прыжок</p>	<p>Данные  - подъём стопы средний;  - в "бабочке" колени слегка прикасаются к полу;  - шаг: для мальчика 90 гр. и выше, для девочки 120 гр. и выше;  - гибкость тела: в складочке корпус немного не достаёт до ног, в лягушке ноги немного не достают до головы;  - прыжок выполняется легко, с натянутой стопой, примерно</p>	<p>Данные  - подъём стопы высокий;  - в "бабочке" колени свободно прилегают к полу;  - шаг: для мальчика 120гр. и выше, для девочки 180 гр.;  - гибкость тела: в складочке свободно корпус прилегает к ногам, в лягушке ноги достают до головы;  - прыжок выполняется легко, с натянутой стопой, примерно 20 см.от пола.</p>
		<p>исполняется тяжело, стопы не достаточно вытянуты, примерно 5-10 см.от пола.</p>	<p>15 см.от пола. .</p>	
	<p>Ритмические способности.</p>	<p>Слабо владеет ритмическими навыками, не чувствителен к ритму, не может повторить ритмический рисунок.</p>	<p>Достаточно ритмично исполняет ритмические рисунки, умеет удерживать ритм на протяжении танца.</p>	<p>Ритмично исполняет движения, хорошо развито чувство ритма. Легко справляется с ритмическими заданиями.</p>

	Исполнительские навыки	Исполнение танцевального номера или комбинации без характера и эмоций. Лексический материал исполнен не грамотно. Не может вступить в следующее движение после ошибки.	Исполнение танцевального номера или комбинации в характере, но без эмоций. Или наоборот, с эмоциями, но без характера. Лексический материал исполнен грамотно. Теряется после допущенной ошибки.	Исполнение танцевального номера или комбинации в заданном характере, с нужными эмоциями. Лексический материал исполнен грамотно. Легко ориентируется в движениях и не допускает ошибок.
	Навыки импровизации	Самостоятельно импровизирует на заданные темы: стесняется выражать собственные ощущения, использует только движения пантомимы или однообразные движения.	Самостоятельно импровизирует на заданные темы: выражает собственные ощущения, используя танцевальные и образные движения стандартного характера.	Самостоятельно импровизирует на заданные темы: выражает собственные ощущения, используя язык хореографии. Умело подбирает разнообразные движения под образ. Не боится импровизировать.
<b>Метапредметные</b>	Умение организовывать свое учебное место; Сотрудничество обучающихся при выполнении заданий в группе.	Неохотно проявляет интерес к саморазвитию и инициативе. Часто замкнут в коллективе.	Хорошо владеет навыками общения. Не всегда проявляет охотно желание и творческий потенциал. Стремиться к здоровому образу жизни.	Большое стремление к саморазвитию и самовыражению, инициативен. Общителен.
	Креативность в выполнении творческой деятельности Способность к саморазвитию			

## Виды, формы и методы контроля (оценивания) по программе «Радуга танца»

Время проведения	Цель проведения	Примерные формы и методы контроля	Способ фиксации результатов
<b>Начальный (входной, стартовый) контроль</b>			
В начале учебного года	<p>1. Определение танцевального опыта, первоначальные знания об искусстве танца.</p> <p>2. Выявление уровня основных физиологических данных: выворотность, подъём стопы, гибкость тела, шаг; танцевальность.</p>	<p>1. Беседа</p> <p>2. Проверка физиологических данных: - проведение разминки и растяжки; - исполнение танцевальной комбинации.</p>	Карта наблюдений
<b>Текущий контроль</b>			
В течение всего учебного года по темам, разделам, блокам и т.д.	<p><u>Теория:</u> понятия классического, народного, эстрадного танцев; элементы музыкальной грамоты; знание правил исполнения гимнастических и танцевальных элементов; характеристика образного танца; хореографический текст.</p> <p><u>Практика:</u> азбука музыкального движения; партерный экзерсис; элементы народного, классического, эстрадного танцев; танцевально-образная импровизация; репетиционно-постановочная работа.</p>	<p><u>Теория:</u> тестирование.</p> <p><u>Практика:</u> исполнение танцевально-ритмической комбинации; просмотр танцевальных этюдов, номеров, комбинаций; импровизационная хореографическая сказка.</p>	Карта наблюдений
<b>Промежуточный контроль</b>			
По окончании 1 полугодия	Итоговое занятие (отслеживание результатов по программе)	<p><u>Теория:</u> тестирование.</p> <p><u>Практика:</u> сдача нормативов физиологических данных; просмотр танцевальной композиции.</p>	Карта наблюдений
<b>Итоговый контроль (итоговая или промежуточная аттестация)</b>			
В конце учебного года (или в конце программы)	Итоговое занятие (отслеживание результатов по программе)	<p><u>Теория:</u> тестирование.</p> <p><u>Практика:</u> сдача нормативов физиологических данных; просмотр танцевальных номеров; отчётный концерт для родителей.</p>	Карта наблюдений Ведомость аттестации

## 2.4. Условия реализации программы

### *Кадровые условия:*

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнями квалификации 6:

- педагог с высшим или среднеспециальным педагогическим образованием, владеющие знаниями и умениями в области хореографии, педагогики, психологии, имеющий опыт работы с разновозрастными детскими группами;

**Организационные условия:** непрерывное обучение в ходе всего курса за исключением летних и зимних каникул.

### *Материально-технические условия:*

- танцевальный зал для занятий в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами (СанПиН);

- танцевальный станок; зеркальная стена;

- репетиционная форма; танцевальная обувь;

- мультимедийные средства (музыкальный центр, компьютер, оснащенный звуковыми колонками);

- реквизит для упражнений (коврики, мячи, скакалки, шары и т. д.);

- материальная база для создания сценических костюмов.

Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем и музыкальной фонотеки.

## 2.4. Методическое обеспечение программы

В программе представлены современные необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видеомедиотеки, тематической литературы, методических разработок занятий (как в текстовом, так и медиа-формате), наглядных инструкций, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

- видео материалы с записями выступлений творческого объединения;

- видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.

- дидактические материалы: буклеты, наборы открыток с известными хореографическими коллективами;

- методическая копилка: тематические подборки, методические разработки;

- альбомы с фотографиями выступлений творческого объединения;

- оформление танцевального зала: методические и теоретические инструкции;

- общие правила техники безопасности в хореографическом зале и на занятиях.

В соответствии с целями и задачами программой предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований обучающихся.

Оценка результатов выставляется по уровням: высокий уровень; средний уровень; низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

#### *Методы обучения по источнику знаний:*

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)
- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.
- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.
- проблемно-поисковый, т.е. создание и решение проблемной ситуации.

#### *Формы проведения учебных занятий:*

- групповые, коллективные;
- репетиции.

В процессе обучения применяются следующие *педагогические технологии*:

- игровые, на начальных этапах обучения хореографии игры имеют характер как свободной деятельности, (ради удовольствия от самого процесса деятельности), так и творческий характер, где ребенок может раскрыть себя как личность, снять внешние и внутренние зажимы;
- технологии создания художественного образа – это чувственно воспринимаемая целостность произведения, определяющая пространство, время, структуру, взаимоотношения элементов танца, его атмосферу; коллективное прослушивание музыкального произведения, нахождения образа, совместное творчество;
- технологии здоровьесберегающего обучения, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни и т.д.

Внедрение в учебный процесс интегрированных занятий, индивидуальных занятий с элементами импровизации является отличительной чертой современной педагогической практики. В процессе обучения возникает необходимость дополнить интегрированные занятия элементами импровизации.

Ребенка важно научить владеть элементами художественно-творческих компетенций исполнителя, способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения, позитивного отношения к своему здоровью, владения способами физического самосовершенствования, двигательного опыта и умения использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга. Программой запланированы как внутренние концерты и конкурсы, так и выездные выступления (по возможности).

*Основной формой организации образовательного процесса* является групповое занятие. Каждое танцевальное занятие состоит из четырех частей: подготовительной, учебной, тренировочной и танцевальной.

#### **Структура занятия:**

##### 1. Организационный момент (3 минуты)

- построение детей на занятие, знакомство с темой занятия.
- поклон- приветствие педагогу.

##### 2. Основная часть (40 минут)

#### *Экзерсис у станка:*

Упражнения для развития подвижности стопы:

- *demiplies, grandplies* (маленькое, большое приседание) в русском характере.
- *Battementgete* (бросок ноги на 45) в русском характере.
- *rondsdejambes* (круговые движения ногой по полу) в русском характере.
- каблучные упражнения в русском характере.

*На середине зала:*

*Теоретическая часть:*

Работа над созданием сценического образа в постановках из репертуара.

Формы, методы и приёмы, способствующие его созданию и раскрытию.

*Практическая часть:*

Повторение и закрепление ранее изученных танцевальных элементов и комбинаций

Верчение по диагонали в народном характере.

3. *Заключительная часть занятия (2 минуты).*

• подведение итогов занятия. В заключение занятия проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться.

На первоначальной ступени обучения наиболее весомыми являются подготовительная и учебная части, а в дальнейшем больше внимания будет уделяться тренировочной и танцевальной.

## 2.5. Календарный учебный график

Образовательная деятельность	
Направленность	Художественная
Форма освоения	Очная, при нарушении эпидемиологических условиях программа переход в дистанционный курс
Количество обучающихся	15-18 человек
Возраст обучающихся	10-12 лет
Начало учебного года	19.09.2021
Окончание учебного года	31.05.2022
Продолжительность учебного года	34 недели
Количество часов в год	68 часов
Режим работы объединения	В соответствии с расписанием на текущий учебный год
Продолжительность занятия	45 минут
Количество занятий в неделю	1 раз по 2 часа
Аттестационные занятия	Ноябрь-декабрь, апрель-май
Работа на каникулах в обычном режиме работы объединения.	

## Список литературы

### для педагога:

1. Бочкарва Н.И.Русский народный танец. Теория и методика. - Кемерово, 2006.
2. Гиршон А. Статья «Танцевальная импровизация в России». - 2015.
3. Гусев Г.П.Методика преподавания народного танца: Этюды. М.: 2004.
4. Зихлинская Л.Р., В.П. Мей. Первые шаги. Примеры уроков для молодых педагогов профессиональных хореографических училищ. - 2003.
5. Климов А. Методические советы по изучению основных элементов русского народного танца. - 2003.
6. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. — М.: ВЦХТ, 1998.
7. Никитин В.Ю.Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. - 2000.
8. Сироткина И.Свободное движение и пластический танец в России.- 2014.

### Электронные источники:

1. Базарова Н. П., В. Мей «Азбука классического танца». СПб. 2005г.  
<http://litresp.ru/chitat/ru/%D0%91/bazarova-nadezhda-pavlovna/azbuka-klassicheskogo-tanca>
2. Новерр Ж.Ж. Письма о танце.  
[http://dance-composition.ru/publ/zhan\\_zhorzh\\_noverr\\_quotpisma\\_o\\_tance\\_i\\_baletakhquot/3](http://dance-composition.ru/publ/zhan_zhorzh_noverr_quotpisma_o_tance_i_baletakhquot/3)

### для обучающихся и родителей:

1. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
2. Васильева Т. К. Секрет танца. – СПб, 2005.
3. Дункан А., «Моя жизнь», М. 2000.
4. Еремина М. Роман с танцем.- СПб. 2005.
5. Ильичева М. Ирина Колпакова.- «Искусство» Ленинградское отделение 1996.
6. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
7. Российский журнал искусств №1 «Мариинский – вчера, сегодня, всегда ...» СПб. 2005.
8. Ром-Лебедев И От цыганского хора к театру «Ромен».- М.2000.

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
по программе «Радуга танца»**

**Итоговый контроль**

**Теория: Тест**

**1. Выбери правильный вариант ответа. Релевэ – это...**

- а) бросок ноги вверх;
- б) приседание;
- в) поднимание на полупальцы.

**2. Батман тандю в переводе с французского означает...**

- а) отведение ноги;
- б) приведение ноги;
- в) отведение и приведение ноги.

**3. Из 1 позиции рабочая нога отводится вперёд по принципу батман тандю, затем носок сильно отводится назад и удерживая пятку в выворотном положении нога рисует круг и доходит до стороны, рабочая нога закрывается в исходную позицию. Выберите подходящее под описание упражнение:**

- а) релевэ;
- б) плие;
- в) ронд де жан партер.

**4. Деми плие в переводе с французского означает \_\_\_\_\_**

**5. Ронд де жан партер – это...**

- а) круг ногой по полу;
- б) квадрат руками по воздуху;
- в) большое приседание.

**Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:**

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

**Как с французского языка переводится слово demi plie?**

- а) полуприседание;
- б) приседание;
- в) полное приседание.

**Международный день танца?**

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

**Сколько точек направления в танцевальном классе?**

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

**Направление движения или поворота к себе, во внутрь:**

- а) en dehors;

- б) en dedans;
- в) rond.

**Что означает en face?**

- а) спиной к зрителям;
- б) лицом к зрителям;
- в) боком к зрителям.

**Первая позиция ног:**

- а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
- б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;
- в) стопы вместе.

**Подготовительное движение для исполнения упражнений:**

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

**Что такое партерная гимнастика?**

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

**Сколько позиций рук в классическом танце?**

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

**Практика:**

**Задания на проверку физиологических данных**

**1. Выворотность ног.**

Лёжа на спине, подтягиваем стопы к ягодицам, с последующим раскрытием бедер в стороны. Колени должны свободно прилегать к полу. Этим упражнением проверяется выворотность в бёдрах и голени. Подойти к станку и встать в I позицию, держа туловище в вертикальном положении. Все пять пальцев должны лежать на полу. Не должно быть заваливания на большой палец. Определяется выворотность стопы. В идеальном состоянии выворотность присутствует во всех трёх суставах.

**2. Подъём стопы.**

Подъём стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Из I позиции нога выдвигается в сторону (в положение II позиции), колено выпрямляется. Осторожными усилиями рук педагог проверяет эластичность и гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму.

Подъём стопы – это изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема зависит от строения стопы и эластичности ее связок. Различают три формы подъема стопы: высокий подъем, средний и маленький.

**3. Гибкость тела.**

Гибкость тела определяется величиной прогиба испытуемого назад и вперед. Для этого ребенка ставят так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Затем ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно страхуют, придерживая за руки. Поскольку гибкость тела зависит от ряда слагаемых (подвижности суставов, главным образом тазобедренного, гибкости позвоночного столба, состояния мышц), следует обратить внимание на правильность

прогиба в области верхних грудных и нижних поясничных позвонков. Проверка гибкости вперед (проверка гибкости позвоночного столба и эластичности подколенных связок) производится также наклоном корпуса вниз при вытянутых ногах как стоя, так и в положении сидя на полу. Ребенок должен медленно наклонить корпус вперед (сильно вытянув позвоночник), стараясь достать корпусом (животом, грудью) и головой ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног. При хорошей гибкости корпус обычно свободно наклоняется вперед.

#### **4. «Шаг»**

Высота «шага» определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед и назад. Сначала проверяется одна нога, затем другая. Для проверки «шага» ребенок становится боком к станку, держась за него одной рукой, или выводится на середину зала. Из I позиции ног (при правильном положении корпуса) работающую ногу в выворотном положении, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъемом поднимают в сторону до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. После проверки величины пассивного (производимого с посторонней помощью) «шага» проверяется активный «шаг» (способность поднять ногу самому). Критерием в данном случае служит высота, на которую испытуемый может поднять ноги: для мальчиков норма не ниже  $90^{\circ}$ , для девочек – выше  $120^{\circ}$ . Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

#### **5. Высота прыжка.**

Проверяется высота прыжка, который выполняется при свободном положении ног с предварительным коротким приседанием. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Обращается внимание на лёгкость, эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. В момент прыжка требуется оттянуть пальцы ног вниз.

Для прыжка важно качество, обозначаемое в хореографии термином *ballon* (баллон) – умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы.

#### **6. Координация движений.**

Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов. Проверяется, как ученик быстро ориентируется на сценической площадке. Задание: педагог показывает движение, задача учащегося в точности воспроизвести его.

#### **7. Чувство ритма.**

Это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку. Так же проверяется, как ученик слышит ритмический рисунок и сможет ли его повторить.

#### **Задание на проверку исполнительского мастерства.**

Просмотр танцевальной композиции, номера.