

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к учебному курсу дополнительной общеразвивающей программы  
детского объединения

**«Хореографический кружок «Микс - Денс»**  
(первый год обучения)

Адресат программы: учащиеся 12-15 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:

Берестенкова О.В.

### Пояснительная записка

Рабочая программа составлена к учебному курсу дополнительной общеразвивающей программы детского объединения «Хореографический кружок «Микс - Денс», при разработке использованы методические рекомендации Е.И.Мошкова «Ритмика и балльные танцы».

#### **Направленность программы – художественная**

Программа направлена на удовлетворение потребностей ребенка в его желании танцевать, приобщение его к искусству хореографии, развитие художественного вкуса, постижение прекрасного посредством танца, развитие творческих способностей детей. Занятия направлены не на возвращение танцора - профессионала, а стремятся:

- способствовать эстетическому и физическому развитию подрастающего поколения;
- дать учащимся начальное танцевальное образование;
- создать условия для развития танцевальных способностей, самораскрытия детей.

**Актуальность программы.** «Я хочу танцевать» - это желание ребенка есть главный девиз данной программы. Чрезвычайно благоприятным для развития творческих способностей является такой вид искусства, как танец. Танец как синтетический вид искусства сочетает в себе: музыку, телодвижение, артистичность. Танец, как и любой другой вид искусства, имеет свой выразительный язык, который в силу образной условности органично сочетается с условным языком музыки. Восприятие музыки в танец активно, что побуждает к танцевальному действию. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость исполнителю, так и зрителю - танец растит духовные силы, воспитывают художественный вкус и любовь к прекрасному. Приобщение к искусству танца позволяет не только постичь эстетику движений, но и помогает решению одной из самых важных проблем эстетического воспитания – приобщение к богатству танцевального и музыкального творчества. Программа позволит выработать в детях стремление получить знания, практические навыки хореографии, занятия являются дополнительным резервом двигательной активности, источником здоровья, радости, а также повышают работоспособность и разрядку умственного и психического напряжения, являются одним из условий успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

**Отличительной особенностью программы** является то, что данная программа направлена не только на разучивание хореографических композиций, но и на интеграцию танцевального искусства, программу включены занятия по выработке пластики тела, основам обучения дыханию в хореографии, знакомству с основами актерского мастерства, развитию способностей к импровизации и сочинению танцевальных движений, комбинаций, используемых в танце. Программа построена на основе классического танца и современного танца. Но танец не только движение:

- танец – как возможность понять свои физические возможности, ритм, динамику своего «тела»;
- танец – как проекция и выражение своего видения, мировоззрения, ощущения своего «Я» через движение;
- танец – как основа создания сценического образа, отражающий настроение и характер.

Программа детского объединения «Хореографический кружок «Микс - Денс» предназначена для учащихся 12-15 лет. Наличие специальной подготовки не требуется, набор детей в группы свободный. Программа строится с учетом возрастных психологических особенностей детей среднего и старшего школьного возраста.

**Средний школьный возраст** характеризуется стремлением к общению со сверстниками и появлению признаков, свидетельствующих о стремлении утвердить свою самостоятельность, независимость. Для этого возраста свойственно стремление утвердить свое «Я», показать и проверить его. Для энергичного и любознательного младшего подростка необходимо предлагать деятельность, соответствующую его возрастной

психологии. В этот период преобладает возбуждение над торможением (но это процесс управляемый); мышление абстрактное. Но с опорой на конкретно-образное; внимание произвольное; память также произвольная. Важной особенностью социального развития является развитие самосознания, стремление к самоопределению, самоутверждению. Новообразованием в подростковом возрасте является представление о себе уже как «не о ребенке». Ярко выражено чувство взрослости. Происходит физическое, социальное созревание, интенсивное формирование личности, рост интеллектуальных и моральных сил. Характерно возникновение самосознания. Это порождает стремление к самоутверждению, самовыражению, самовоспитанию. Переходный период характеризуется кардинальными изменениями мотивации. На первый план выдвигаются мотивы, связанные с формирующимся мировоззрением, с планами будущей жизни. Они возникают на основе сознательно поставленной цели и сознательно принятого намерения. Происходит становление характера. Формируется нравственное мировоззрение – нравственное сознание и поведение. Несмотря на то, что данный возраст рассматривается как начальный период отчуждения от взрослых (стремление противостоять взрослым, отстаивать собственную независимость и права); одновременно с этим - ожидание от взрослых помощи, защиты, поддержки, доверие к ним, важность их одобрения и оценок.

**Срок освоения программы:** 1 год обучения, 36 недели, 9 месяцев.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** количество часов в год – 72 ч., 1 раз в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями - 10 мин.

Режим занятий определяется с учетом Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, приложения 3 «Рекомендуемый режим занятий в организациях дополнительного образования».

Количество аудиторных занятий не превышает 50 % от общего количества занятий. При необходимости выездных занятий и присутствия участников программы на общешкольных мероприятиях количество часов автоматически увеличивается в эти дни и сокращается в другие. В каникулярное время проводятся индивидуальные и групповые консультации, а также экскурсионная деятельность обучающихся. При планировании работы учитывается специфика содержания занятий в связи с привлечением специалистов и родителей, поэтому возможно внесение корректив в рабочий порядок в последовательность изучения тем, в количество часов, отводимых на изучение отдельных тем.

**Цель программы:** создание условий для творческого развития детей посредством хореографии.

**Задачи программы:**

- создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности
- совершенствовать артистические навыки детей в плане переживания и воплощения образа, а также их исполнительские умения.
- познакомить с различными видами танцев.
- приобщить к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знания детей о танце, его истории, устрой танцевальных профессиях, костюмах, атрибутах, танцевальной технологии,
- развить у детей интерес к танцевально-игровой деятельности

## **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

Объем, содержание программы: общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы ( 1 год обучения – 72 часа).

**Содержание программы 1 года обучения**

Программа занятий направлена на освоение простейших шагов, движений и комбинаций, азбуки танца. Композиционно-постановочная работа имеет имитационную форму. Музыкальный материал чаще носит песенный характер. В этот период среди основных **задач** можно выделить:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
  - развитие танцевальных данных (гибкости, шага, устойчивости и координации);
  - постановка корпуса;
  - развитие ритмичности, музыкальности;
  - развитие моторной памяти;
  - воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.
- В основе обучения лежит игровое начало. Особое внимание на первом году обучения является развитие умения сосредоточиться, проявить внутреннюю собранность, активизировать внимание.

#### **Планируемые результаты.**

В результате освоения программы **первого года** обучения дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны знать:

- позиции рук и ног;
- названия танцев;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения каждого изученного танца.

#### **Личностные результаты освоения Программы:**

- формирование эстетических чувств
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями,
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

#### **Метапредметные результаты освоения Программы:**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

#### **Формы обучения и виды занятий:**

- обучающее занятие
- тренировочное занятие
- коллективно – творческое занятие
- контрольное занятие
- индивидуальное занятие
- беседы по истории танца и истории балета
- музыкальное занятие (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке, музыкальные игры)
- неформальные мероприятия (посещение культурных мероприятий, досуг внутри коллектива)

- игра
- репетиция
- концерт
- конкурс
- фестиваль

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки, приобретённые на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях и уроках в школе.

**Для реализации программы применяются методы и приемы:**

1. метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.
2. метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др..
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, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Методические разработки занятий, сборник танцевальных игр, банк ролевых игр, сборник игр на релаксацию, дидактические игры.

### **МЕТОДИКА РАЗУЧИВАНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ**

Танцевальные элементы, вошедшие в состав методики развития двигательной моторики детей, танцевальным творчеством подчиняются общим закономерностям:

1. Они направлены на улучшение качества движения детей, развитие у них умения придавать движениям пружинный, плавный, или маховой характер (в зависимости от музыкально-двигательного образа).
2. Они должны научить детей придавать основным движениям (ходьбе, бегу, подскокам), элементам пляски-танца выразительность диктуемую музыкой.
3. Они должны воспитывать у детей умение ориентироваться в пространстве, организационно двигаться в группе, не мешая друг другу или выполнять перестроение в плясках отражая их характер.

### **Методические требования к построению занятий по классическому танцу**

#### **Элементы русской народной пляски**

##### **Простой хороводный шаг.**

Отличается от обычной ходьбы большей плавностью и устремленностью. Этим шагом дети водят хороводы. На первых занятиях учитель добивался от детей именно плавности движений.

##### **Шаг с притопом на месте.**

На “раз” дети делают шаг левой ногой на месте, ставя ее рядом с правой, на “два” – притоп правой ногой впереди левой, не перенося на нее тяжесть тела. Затем на “раз”

шаг на месте правой ногой, ставя ее рядом с левой, на “два”- притоп левой впереди, правой, и все повторяется с начала. Акцент движения при этом падает на притоп.

#### **Полуприседания с выставлением ноги на пятку.**

Носит задорный характер и представляет собой пружинящие полуприседания и выпрямление ног на счет “раз - и” на “два” - правая нога выставляется вперед на пятку, носок весело смотрит вверх, левая остается прямой, корпус слегка откинут назад. Снова на счет “раз” правая нога одновременно с приседанием приставляется к левой, на “два” выставляется вперед левая нога.

#### **Русский хороводный шаг.**

Это плавный шаг с носка, который выполняется поочередно каждой ногой. От обычного шага он отличается большой плавностью и устремленностью. В зависимости от выразительности музыки этот шаг может приобретать и иной характер – более оживлённый и задорный.

#### **Русский переменный шаг.**

На “раз” - удлиненный шаг вперёд правой ногой, на “и” - небольшой шаг вперёд левой ногой, как бы обгоняя правую; на “два и” - небольшой шаг правой ногой с носка. Затем движения повторяются с левой ноги. Переменный шаг выполняется с подчеркнутой устремленностью вперёд.

#### **Добрый шаг.**

Исходное положение; ступни параллельны, колени слегка согнуты. Выполняется подвижно, ритмично, на месте, на всей ступне. Притопы быстро чередуются; правой, левой, левой ногой и т.д. Движение ног активное, ступни поднимаются от пола не высоко. Корпус прямой. Дробный шаг может исполняться с продвижением вперёд и при кружении на месте.

#### **Притопы.**

Эти движения соответствуют весёлой плясовой музыке, часто передают её ритмический рисунок. Притопы выполняются одной ногой или то одной, то другой ногой попеременно с приставлением топнувшей ногой обратно к опорной. На “раз” следует топнуть ногой впереди, на “два” - приставить ногу к ноге. Шаг с притопом на месте осуществляется следующим образом; на “раз” делается шаг правой ногой на месте, она ставится рядом с левой; на “два” притоп левой ногой впереди правой, без переноса на неё центра тяжести тела. Акцент в этом движении падает на притоп - на счёт “два”. Затем движения исполняются начиная с левой ноги. Шаг с притопом на месте в сторону; шаг вправо правой ногой, левая нога подводится к правой и ставится на всю ступню, слегка пристукнув. Такое же движение выполняется влево с левой ноги.

#### **Полуприседание с выставлением ноги на пятку.**

Исходное положение—ноги в основной стойке [пятки вместе, носки врозь]. На счёт “раз и” - пружинящее полуприседание, на “два и” - выпрямление, одновременно правая нога выставляется вперёд на пятку, носок поднят вверх, левая остаётся прямой, корпус чуть откинут назад. На “раз” следующего такта одновременно с полуприседанием правая нога приставляется к левой, на “два” выставляется вперёд левая нога. Полуприседание с выставлением ноги на пятку можно выполнять на прыжке.

#### **«Ковырялочка»**

Исходное положение - ноги в основной стойке. На счёт “раз и” - небольшой подскок на левой ноге, одновременно правая нога отводится в сторону, ставится на носок [ как бы ударяется об пол ], слегка согнутое колено правой ноги повернуто внутрь. На “два” - подскок на левой ноге, правую перевернуть, поставив на пятку, колено повернуто наружу. Пятка и носок ставятся на одно и то же место. На следующий такт делается притоп обеими ногами поочередно - правой, левой, правой. Затем всё движение выполняется с левой ноги.

### **Верёвочка.**

Выполняется на один такт музыки. Исходное положение; третья позиция ног [ правая нога впереди левой, под углом к ней ], руки на поясе.

На затакт подскоком на низких полу - пальцах левой ноги слегка проскользнуть на месте. Правую ногу, отделив от пола, с согнутым коленом занести назад за левую ногу. Колено должно быть направлено в сторону. На счёт ``раз`` поставить правую ногу на низкие полу - пальцы позади левой ноги в третью позицию.

На счёт ``и`` подскоком на правой ноге слегка подскользнуться на месте. Левую ногу, отделив от пола, с согнутым коленом занести за правую ногу.

На счёт ``два`` поставить левую ногу на низкие полу - пальцы позади правой в третью позицию.

На счёт ``и`` повторить движение, исполняемое на затакт.

Затем движение исполнять сначала [со счёта ``раз``].

### **Шаг с припаданием.**

Исходное положение - ноги в основной стойке. Выполняется на счёт ``раз и два``. На ``и`` правую ногу приподнять вправо; на ``раз`` сделать небольшой шаг с носка на всё ступню, слегка сгибая колено; одновременно приподнять левую ногу, согнутую в колене; на ``и`` выпрямляя ноги [ позади правой ], правую отвести в сторону; на ``два и`` повторить движение. Вовремя движения корпус не поворачивается.

### **«Качалочка»**

На ``раз`` поднять не высоко вперёд правую ногу, упасть на неё, перенеся центр тяжести тела; левую ногу сзади приподнять. На ``два`` откаться назад на левую ногу, перенеся на неё центр тяжести. Все движения повторяются.

### **``Козлик``.**

Прыжки делаются на левой ноге, правая нога пристукивает об пол стопой. Руки энергично раскачиваются к себе, от себя. Выполняются на счёт ``раз``, ``два``. Движения задорные, размашистые, энергичные, используются чаще в пляске мальчиков.

### **Мазурка.**

**Описание.** Все стоят в одной или в двух шеренгах. Исходное положение; условная первая позиция.

**Поклон мальчиков.** Руки опущены, спина прямая.

Вступление слушают.

*Такт 1.* Шаг в право ногой, левую ногу приподнять на концы пальцев.

*Такт 2.* Поднять левую ногу к правой.

*Такт 3.* Наклонить голову.

*Такт 4.* Поднять голову.

*Такт 5-8.* Сделать такой же поклон в лево, начиная с левой ноги.

**Поклон девочек.** Руками придерживают края юбочки, локти округлены или слегка отводят руки в стороны.

*Такт 1* Шаг вправо правой ногой, левую ногу приподнять на концы пальцев.

*Такт 2.* Поднять левую ногу к правой, поставив её сзади в третью позицию.

*Такт 3.* Слегка присесть, оставляя ноги в третьей позиции, разведя колени в стороны.

*Такт 4* Выпрямить колени.

*Такт 5 - 8.* Сделать такой же поклон в лево, начиная с левой ноги.

**Методические указания.** Преподаватель может подобрать для поклона вальс. Желательно, чтобы в начале исполнялось вступление. Поклоны могут быть и более сложными для исполнения, это решает сам педагог.

### **Песенка жнецов**

**Описание.** Исходное положение; ноги в условной первой позиции.

*Такт 1.* Держать руки в подготовительной позиции.

*Такт 2.* Перевести руки в первую позицию.

*Такт 3.* Раскрыть руки во вторую позицию.

*Такт 4.* Опустить руки в стороны в низ [кисти отстают от движения руки].

*Такт 5.* Перевести руки в подготовительную позицию.

*Такт 1 - 4* повторяются. Повторить движение тактов 1 - 4.

*Такт 6.* перевести руки в первую позицию.

*Такт 7.* Перевести руки в третью позицию.

*Такт 8.* На первую долю раскрыть руки во вторую позицию, на четвертую долю такта плавно опустить руки в низ [кисти отстают от движения руки].

*Такты 5 - 8* повторяются. Повторить движение тактов 5 - 8.

**Методические указания.** Описание позиций подробно изложены на с. 60.

Для данного упражнения подходят вальсы, подобранные преподавателем или учащемся.

### **Полька**

**Описание.** Участники стоят в шеренгах в шахматном порядке. Исходное положение; ноги в первой позиции, руки кладут на пояс.

*Такт 1.* Выдвинуть правую ногу на носок в перёд и вернуться в исходное положение.

*Такт 2.* Выдвинуть в перёд на носок левую ногу.

*Такт 3 - 4.* Сделать на глубоких полуприседаниях, разведя колени в стороны [ на сильную долю каждого такта присесть, на слабую встать ] .

*Такт 5 - 8.* Повторить движение тактов 1 - 4.

*Такт 9 - 10.* выдвинуть правую ногу на носок в сторону [ движения повторить дважды ] .

*Такт 11.* Описать носком правой ноги полукруг в перёд в сторону - назад.

*Такт 12.* Описать носком правой ноги полукруг в обратном направлении [ назад в сторону - перёд ] .

*Такт 13 - 16.* Повторить движение тактов 9 - 12 левой ногой ] .

*Такт 17 - 18.* Подняться на высокие полу—пальцы, переводя руки в третью позицию, приподняв голову. Движение выполняется дважды.

*Такт 19 - 20.* Опускать руки в стороны в низ, одновременно встряхивая кистями рук, выполняя мелкие движения [ одно встряхивание на восьмую долю ] .

*Такт 21 - 28.* Повторить движение тактов 1 - 8 [ выдвигание ног на носок попеременно вперёд и два полу--приседания ] .

**Методические указания.** Во время исполнения упражнения следует следить за осанкой; спина должна быть абсолютно прямая. Выполняя полу—приседания, стараться разводить колени в стороны как можно шире. В такте 19, начиная встряхивать кистями, повернуть их тыльной стороной друг к другу, затем они поворачиваются вниз [ встряхивать почти одним пальцем ], движение непрерывное, руки одновременно опускаются через стороны в низ затем кладутся на пояс в такте 21.

### **Круговая пляска**

#### **Фигура 1.**

**Описание.** Участники стоят по кругу, взявшись за руки.

*Такт 1 - 4.* Идут хороводным шагом, начиная с правой ноги, повернув голову вправо.

*Такт 5 - 8.* Переходят на дробный шаг.

*Такт 9 - 10.* Подбоченившись [ руки в кулаках на поясе ], три раза озорно притоптывают правой ногой, выставив её немного в перёд, затем приставляют её к левой ноге.

*Такт 11 - 12.* Три раза притоптывают левой ногой и приставляют её к правой.

*Такт 13 - 16.* Кружиться на дробном шаге, выполняя один поворот [ такты 13 - 14 – половину круга, такты 15 - 16 – следующую половину ] .

#### **Фигура 2.**



Музыка повторяется с начала.

*Такт 1 - 2.* Идут четырьмя шагами к центру круга, постепенно поднимая сцепленные руки.

*Такт 3 - 4.* Отходят назад четырьмя шагами, расширяя круг и опуская сцепленные руки.

*Такт 5 - 8.* Двигаются по кругу дробным шагом.

*Такт 9 - 16.* Повторяют движение тактов 9 - 16 [ притопы и кружение ] .

**Методические указания.** В соответствии с величественным характером музыки в тактах 1 - 4 хороводный шаг исполняется важно и горделиво. С тактов 5 - 8 в звучащей музыке слышатся подголоски [ за счёт шестнадцатых долей ], поэтому так удобно переходить на дробный шаг. Плотная аккордовая фигура в тактах 9 - 12, усиление звучания музыки диктует более активные движения –притопы, которые исполняются озорно и игриво.

### **Аннушка**

**Описание.** Участники стоят по кругу, пара за парой, повернувшись к своему товарищу лицом.

*Такт 1.* На ``раз`` легко хлопают в ладоши перед грудью, на ``два``, ``три`` ладонью правой руки легко ударяют по ладони правой руки партнёра, направляя это движение в верх, так, чтобы руки пришлись повыше лица.

*Такт 2.* Повторяют эти движения, хлопая левой рукой по левой руке партнера.

*Такт 3 - 4.* Шестью маленькими плавными шагами поворачиваются на месте вокруг себя; стоящий в паре с правой стороны –через правое плечё, его товарищ –через левое. Партнёр кладёт обе руки на пояс, а партнёрша придерживает края юбочки.

*Такт 5 - 6.* Повторяют движения тактов 1 - 2 [ хлопки ] .

*Такт 7 - 8.* Кружаться четырьмя плавными шагами и в конце такта 8 останавливаются и берутся за руки крест –накрест .

*Такт 9.* Три лёгких шага, начиная с правой ноги.

*Такт 10.* Три лёгких прыжка на обеих сомкнутых ногах на месте.

*Такт 11 - 12, 13 - 14.* Повторяют движение тактов 9 - 10 [ шаги и прыжки ] .

*Такт 15 - 16.* Кружаться на месте в разные стороны четырьмя плавными шагами и возвращаются в исходное положение [ лицом друг к другу ] .

*Такт 17 - 24.* Повторяют движения тактов 1 - 8.

**Методические указания.** Танец может повторяться два раза со следующей концовкой; на последние два такта части [ такты 15 - 16] в место кружения партнёры кланяются друг другу ; шаг в сторону и поклон.

В другом варианте на эти два такта части [15 - 16] вместо кружения партнёры кланяются друг другу; шаг в сторону и поклон .

### **Маленькая полька**

**Описание.** Участники разделены на тройки; по краям–девочки, в центре –мальчики. Девочки придерживают руками юбочки, свободные руки соединяют за спиной мальчика, а мальчик кладёт руки на талию девочек .

### **Фигура 1**

*Такт 1.* Выставить на носок правую ногу, затем приставить к левой ноге .

*Такт 2.* Выставить на носок левую ногу, затем приставить к правой ноге .

*Такт 3—4.* Два шага польки по кругу, начиная с правой ноги .

*Такт 5—8.* Повторить движение тактов 1—4 .

*Такт 9—12.* Из троек образовать маленькие кружочки, выполнить шесть движений бокового галопа вправо [ против часовой стрелки ] и перейти на такт 12 [ правой , левой, правой ногой ] .

*Такт 13—16.* выполнить шесть движений бокового галопа по маленьким кружочкам и перетоп на такте 16 .

**Фигура 2** [музыка повторяется с начала].

*Такт 1—2* .Танцоры перестраиваются; встают друг за другом в тройках лицом к центру круга, положив руки друг другу на плечи [ у ведущего руки на поясе ] .  
Выполняют движения тактов 1—2 к центру круга .

*Такт 3—4* . Два шага польки по направлению к центру круга .

*Такт 5—6* . Быстро поворачиваются в тройках спиной к центру круга через правое плечо, снова положив руки друг другу на плечи [ меняется ведущий ] и выставляют ноги на носок .

*Такт 7—8* . Выполняют два шага польки по направлению от центра круга.

*Такт 9—12* . В маленьких кружочках выполняют шесть галопа вправо и притоп.

*Такт 13—16* . Движение бокового галопа по кружочкам влево и притоп.

### **Фигура 3**

*Такт 17—24* . Все встают снова тройками и повторяют движение тактов 1—8 по кругу.

**Методические указания.** Самым трудным моментом является чёткое перестроение, над этим надо поработать отдельно. Могут быть и другие варианты перестроений по усмотрению педагога. Не обязательно придерживаться правила, чтобы в тройках было две девочки и один мальчик, всё зависит от общего состава участников.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ПАРНЫХ И БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ**

### **Боковой галоп.**

Разучиваются на счёт ``раз и, два и``. Движения легкие, полётные, пружинящие. На счёт ``раз`` делается небольшой шаг с подскоком правой ногой в сторону, на ``и`` скользящим движением подтягивается левая нога к правой в естественную позицию. Правая нога тотчас же отводится в сторону [левая нога как бы выбивает правую в сторону]. На счёт ``два и`` следует выполнять то же, что и на счёт ``раз и``. Затем движение начинается с начала. Таким образом танцующий подвигается вправо. Галоп можно исполнять и влево. В этом случае движение начинается с левой ноги.

### **Шаг польки.**

Исходное положение; ноги в третьей позиции, правая нога впереди. Движение выполняется на счёт ``и раз, и два``.

На ``и`` [затакт] сделать маленький скользящий подскок на левой ноге вперёд, правую ногу слегка приподнять вперёд с выпрямлением коленом и оттянутым носком.

На ``раз`` выполнить шаг вперёд правой ногой, ставя её на низкие полу - пальцы. На счёт ``и`` приставить левую ногу на низкие полу - пальцы позади правой в третью позицию. Насчёт ``два`` сделать шаг вперёд правой ногой, ставя её на низкие полу - пальцы. Левую ногу отделить от пола и, слегка согнув в колене, подвести к правой. Затем все перечисленные движения повторить начиная с подскока на правой ноге.

Шаг польки можно разучивать под музыку любой польки, подобранной преподавателем. Это движение не является обязательным для прохождения в 1 классе. Всё зависит от двигательной подготовке детей.

### **ПА - де - баск.**

Исходное положение - ноги в основной стойке. Выполняется на счёт ``и раз, и два``.

На ``и`` - небольшой прыжок толчком левой ноги, правую вынести полукругом вперёд - вправо [невысоко над полом]; на ``раз`` - приземлится на правую ногу, левую согнуть, колено наружу; на ``и`` - шаг левой ногой, слегка сгибая колено, правую поднять; на ``два`` - шаг правой ногой, слегка сгибая колено, левую приподнять и слегка согнуть. Затем то же движение начинается с левой ноги.

### **Выставление ноги на пятку или на носок.**

Нога на пятку выставляется сильно согнутой в подъёме так, чтобы носок смотрел вверх; корпус прямой. На носок - нога легко выставляется вперёд, наискосок [ по диагонали ] или в сторону.

### **Прыжки с поочерёдным выбрасыванием ног вперёд.**

Одновременно с прыжком на левой ноге правая нога приподнимается и выносится вперед [ колено выпрямляется, корпус чуть откинут назад ]. Затем в перёд выносится левая нога и т. д.

### **Некоторые положения рук в танцах.**

Укажем на наиболее распространённые из них.

Руки на поясе [ большой палец обращен назад ]. ``Подбочёневшись`` [ кисти сжаты в кулаки, но без напряжения, и поставлены на пояс ].

Девочки придерживают руками юбочки [руки в локтях закруглены].

Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению.

Руки скрещены перед грудью.

Руки разведены в стороны.

Однако рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте [ только девочки ].

Руки убраны за спину.

### **РАССКАЗ И БЕСЕДА**

Главная задача педагога в первые годы обучения танцу заключается в том, чтобы наряду с изучением основных форм и движений, предусмотренных программой, развить у учеников интерес к классическому танцу, дать им элементарные представления о его красоте, об эстетике танца. Необходимо также развивать у учеников сознательное, вдумчивое отношение к занятиям, чтобы они могли более активно работать на уроке и знали, на что особенно важно обращать внимание в том или ином упражнении.

Осмысленность - один из основных принципов методики Вагановой. Она приучала своих девочек не просто копировать показ движения, а понимать его сущность. Ваганова стремилась объяснить им, как именно работают те или иные мышцы, выполняющие движение, почему один нюанс придает исполнению красоту, а другой делает его неуклюжим.

Исходя из этих задач, на первом уроке целесообразно проводить беседу о танце, о его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений; рассказать о том, как дети должны себя вести, на занятиях классическим танцем (реагировать на замечания, сделанные другому ученику, запоминать замечания и т. п.)

#### *Использование терминологии*

Также необходимо использовать французскую терминологию, принятую для классического танца. Все французские термины преподавателю следует переводить на русский язык и систематически проверять усвоение их учащимися. Известно, что память человека можно подразделить на следующие виды: слуховую, зрительную и моторную. Слуховая память фиксирует в сознании все то, что танцовщик слышал и слышит от своих преподавателей, репетиторов, все то, что «говорит» ему музыка, концертмейстер (в данном случае). Зрительная память фиксирует в сознании танцовщика все то, что ему показывали. Моторная память фиксирует в сознании все исполнительские приемы техники движения, приобретенные в школе, на репетициях и на концертных выступлениях. Все свойства памяти неразрывно связаны между собой в единое целое. Они позволяют танцовщику действовать верно, и в технике движения и в создании образа. Если одно из свойств памяти «не работает» четко (например, моторная ), может пострадать форма движения, следовательно, и его содержание. В книге «Классический танец. Школа мужского исполнительства» Н.И. Тарасова говорится о важности выбора метода обучения, его наиболее эффективное воздействие на память учащегося.

#### *Метод объяснения.*

Слуховая память воспитывается при помощи слова и музыки. Обращаться к ученикам, необходимо очень нацелено, кратко и точно. Расплывчатые, многословные замечания малоэффективны. Речь учителя должна быть всегда образной, живой и точно передавать

его мысли. Н.И. Тарасов говорит о том, что «слово часто бывает сильнее всякого показа, если оно логично и обращено к искусству танца, к его сути и содержанию, к музыке, к ее образности, эмоциональности и интонациям, к сердцу ученика и его творческому воображению». Объяснение в хореографии применяется в целях ознакомления учеников с тем, как и для чего, они должны выполнять то или иное движение; в какой последовательности выполняется экзерсис; в чем цель такой последовательности и т.д. А.Я. Ваганова считает, что все учебные задания надо предлагать учащимся без повторного объяснения, кроме новых изучаемых движений. Более подробное объяснение новых движений необходимо в младших классах; дополнительно разбирая непонятные элементы движения более подробно. Следует так же спрашивать ребят, в чем ошибка того или иного ученика и как ее надо исправить. Систематическое повторение с учениками пройденного материала тренирует и улучшает качество исполнения. При музыкальном оформлении педагогу не следует считать вслух на уроке, т.к. это притупляет музыкальное восприятие ученика. Объяснив ученику, в каком размере и темпе делается данное упражнение, необходимо дать ему возможность вслушиваться в музыку. Считать вслух допустимо только вначале обучения нового упражнения. Музыкальное оформление должно прививать учащимся эстетические навыки, осознанное отношение к музыкальному произведению - умение слышать музыкальную фразу, ориентироваться в характере музыки, ритмическом рисунке, динамике. Весь урок должен быть построен на музыкальном материале. Для слитности исполнения с музыкой, необходимо обратить внимание учеников на подготовительное движение, объяснив, что такое "затакт", помня при этом, что любой "затакт" определяет темп всего упражнения. Необходимо помнить, что одна из задач экзерсиса - это сила мышц и выносливости. Некоторые педагоги останавливают урок, подробно объясняют ошибки, поправляют учеников. На это уходит много времени, паузы нарушают правильный темп ведения экзерсиса, сводят на нет, эффективность исполненных до этого упражнений. Объяснить и повторить движение, поправить ошибки можно и нужно по ходу исполнения. А также в паузе после окончания экзерсиса у станка. Останавливать учащихся во время выполнения учебных заданий надо возможно реже и только при появлении грубых ошибок, вызванных распушенностью внимания. Во время выполнения учебного задания замечания надо делать своевременно, поддерживая, а, не рассеивая внимание класса, при этом неуклонно требовать, чтобы ученики выполняли очередное движение активно и детально готовились к следующему, связывая каждое из них в единое целое. Это научит будущих танцовщиков предвидеть все свои действия, учитывая рисунок, характер и музыкальность исполнения учебного задания. Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. Работая перед зеркалом, не следует сосредотачивать внимание на какой-либо отдельной части тела, - необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следуя за правильностью формы и положения ног. Но кроме зрительного восприятия должно быть и ощущение всего тела, его собранности и подтянутости.

#### Метод показа

Зрительная память воспитывается и укрепляется при помощи наглядности. К приемам, поясняющим правила выполнения изучаемых движений, следует отнести именно показ, который можно подразделить на два подхода: первый — показ нового изучаемого движения; второй — показ комбинированных заданий. Выбор метода зависит не только от поставленных целей обучения, но и от возрастных и индивидуальных особенностей учеников. В младших классах все новые движения нужно показывать подробно, замедленно, как бы по частям, по нескольку раз, до полного их усвоения учащимися и, разумеется, подтверждать соответствующими устными пояснениями. Показ комбинированных заданий в младших классах также необходим, но проводится он уже в обычном темпе, без предварительных повторений, и запоминаться должен с одного раза. Это обязательное правило, оно очень трудно, но очень хорошо развивает зрительную, вернее, хореографическую память ученика.

Исключения, конечно, могут быть, но двух - и тем более трехкратный предварительный показ лишает ученика самостоятельности и активности в запоминании комбинированного задания. Творческая индивидуальность учащегося начинает обретать свою самостоятельность с первых шагов обучения. Её рост идет вместе с развитием техники движения, в неразрывном единстве с ней. Системность занятий приобщает детей к художественной природе танца. Их сознание осваивает первые каноны движения, проникается законами ритма, динамики, пластики, жеста, музыкальности. Отсюда естественное стремление ученика ввести в исполнительскую технику (пусть даже самую элементарную) свое чувство пластики движения, позы и музыки, что является уже процессом творческим, а не механическим. Если это так, значит, соблюдение строжайших правил техники движения должно стать для ученика началом воспитания его творческой индивидуальности, ее свободного проявления в учебном процессе. Простой учебный поворот или наклон головы, устремленность взгляда, фиксация или перевод рук, прямое или слегка наклонное положение корпуса и т. д. должны выполняться учащимися с предельной точностью и легкостью по технике движения, но по чувству скульптурности и музыкальности — различно. Иначе развитие индивидуальности станет второстепенным элементом в его учебной работе, а затем и в сценической жизни. Ведущей станет «чужая» манера движения, отработанная на основе точного, но формального, а не творческого метода обучения. Нельзя согласиться с мнением, что преподаватель с помощью показа должен подготовить лишь хорошую копию, а сценическая практика поможет ученику обрести творческую индивидуальность. Показ преподавателя должен помочь ученику понять и освоить одинаковые для всех исполнительские правила техники движения, а не подавлять его творческую индивидуальность. Лишний показ, повторяющий все то, что ученику уже хорошо известно, не укрепляет память, так как ведет к непроизводительной потере времени и снижает темп урока. Если же комбинированное задание выполнено неправильно с одного четкого показа, значит, оно построено слишком сложно или ученик был невнимателен. Если преподаватель будет каждый раз показывать все упражнения полностью, от начала до конца, в надлежащем темпе, у него просто не хватит времени для проведения всего урока и на то, чтобы сделать замечания, а паузы между отдельными примерами будут слишком велики. Например, в заданиях экзерсиса следует показывать только основное звено, основной рисунок их построения, без дальнейшего повторения. Adagio лучше показывать полностью. Прыжки простые можно показывать так же, как движения экзерсиса, сложные — целиком. И все же по возможности следует на всем экономить время, но не за счет правильности характера и музыкальности показа. Показ после выполнения учебного задания тоже необходим. В этом случае допущенные ошибки следует особо подчеркнуть, чтобы нагляднее помочь ученику понять их и быстрее исправить. Всякий показ в младших классах должен отвечать восьми - одиннадцатилетнему возрасту ученика, а не взрослого танцовщика. Иначе польза такого показа превратится в свою противоположность, и ученики, подражая преподавателю, утвердят в своей памяти столь неприятную и несвойственную им манеру движения взрослого «артиста-карлика». Основные методы обучения танцу - это наглядный показ и словесное объяснение. Наглядность основана на особенностях развития мышления - от конкретного к абстрактному. В хореографии наглядность вызывает ассоциативный ряд. Кроме того, является основным педагогическим приёмом. Психофизический аппарат разный, поэтому важно мышечное ощущение в постановке корпуса, в позах, в прыжках. Активность и сознательность поддерживается путём организации такого урока, который побуждает к самостоятельному анализу движений, комбинаций, что в свою очередь, что в свою очередь развивает умственные и физические способности. Наглядный пример — наилучший способ воспитания исполнительской памяти и культуры поведения ученика. Кроме того, смысл показа состоит в том, чтобы всесторонне раскрыть и совершенствовать индивидуальные и творческие возможности учащихся, а не создавать своих подражателей. Исполнитель в этом, случае должен отойти в преподавателе на второй план

и уступить место педагогу. О показе, как основном методе обучения классическому танцу говорит и профессор А.Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца». Также уделяет особое внимание совмещению показа и пояснения, особенно когда отрабатываются новые элементы. Таким образом, зрительное и слуховое восприятие учащихся будет способствовать лучшей работе внимания, лучшему пониманию всех деталей задания.

*Метод упражнения.*

Методы направленного прочувствования двигательного действия (или метод упражнения). Очень важно в хореографии, чтобы у учеников кроме зрительного и слухового восприятия должно быть и ощущение движения. Направляющая помощь преподавателя при выполнении движения, например ощущение работы мышц при выполнении какого либо движения; выполнение упражнений в замедленном темпе; фиксация положений тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия. Моторная память ученика отрабатывается, развивается и крепнет на основе точной исполнительской техники. Моторная память закрепляется трудно, путем многократно повторяемых упражнений на протяжении всего курса обучения. Без хорошо развитой моторной памяти у будущего танцовщика не может быть хорошей устойчивости, гибкости, легкости, мягкости, простоты и свободы движения. Очень важно также совмещение с объяснением работы мышц (группы мышц) для осознанной работы учеников.

#### **АЛГОРИТМ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ**

- 1.Подготовительная часть (разминка)
- 2.Основная часть (разучивание нового материала)
- 3.Заключительная часть (закрепление выученного материала)

#### **ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА:**

От лёгкого – к трудному.

От простого - к сложному.

От известного – к неизвестному.

Учитывать физическую подготовленность учащихся.

Не допускать чрезмерной нагрузки.

Использовать элементы тренажа в соответствии с возможностями своего коллектива.

#### **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

Мониторинг результатов обучения учащегося по программе.

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе усвоения им программы

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов:

- карта личностного роста,
- индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе,
- схема самооценки «Мои достижения».

#### **Мониторинг результатов обучения учащегося по программе**

Поскольку образовательная деятельность в детском объединении «Микс – Денс»предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и

навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, постольку о ее результатах можно судить по двум группам показателей:

**учебным** (фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;

**личностным** (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном кружке, студии, секции).

Набор основных знаний, умений и практических навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения Программы представлен в таблице 1 (приложение 1).

**Технология определения учебных результатов по программе** заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (теоретическая, практическая подготовка ребенка, общеучебные умения и навыки) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Выделенные уровни обозначаются соответствующими баллами (1 – 10 баллов). Методы, с помощью которых определяется достижение планируемых результатов: наблюдение, анализ контрольного задания, собеседование и др.

Динамика результатов освоения предметной деятельности конкретным ребенком отражается в индивидуальной карточке учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе (Таблица 2). Руководитель клуба два раза в год (в начале и в конце учебного года) проставляет баллы, соответствующие степени выраженности оцениваемого качества у ребенка. Здесь также отмечаются результаты участия ребенка в выставках, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях.

Регулярное отслеживание результатов – это основа стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждая оценка комментируется руководителем клуба. Это поддерживает стремление детей к новым успехам.

Учащиеся самостоятельно ведут учет своих учебных достижений (Таблица 3) в специальных тетрадях, постепенно их заполняя. Большое значение для формирования самооценки детей имеют рассуждения о качестве своей работы. Самооценивание позволяет детям фиксировать собственное продвижение по ступеням мастерства. Самооценивание производится открыто. Открытый показ результатов обучения по программе стимулирует детей к творческой деятельности.

Для ребенка большое значение имеет оценка его труда родителями, поэтому мероприятия клуба проходят совместно с родителями учащихся. Таким образом, родители могут видеть рост своего ребенка в течение года.

**Мониторинг личностного развития учащегося в процессе усвоения программы.**

В программе предусмотрено развитие личностных качеств ребенка. Динамика личностного развития детей, занимающихся в военно-патриотическом клубе образования, отслеживается по трем блокам личностных качеств – организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества личности (Таблица 4). В совокупности приведенные в таблице личностные свойства отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов.

**Технология определения личностных качество обучающегося** заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (терпение, воля, самоконтроль, самооценка, интерес к занятиям, конфликтность, тип сотрудничества) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Выделенные уровни обозначаются баллами. В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка используется наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностическую беседу, метод рефлексии, метод незаконченного предложения и другие.

Так как технология мониторинга личностного развития ребенка требует документального оформления полученных результатов на каждого ребенка, с этой целью на каждого

ребенка оформляется индивидуальная карточка учета динамики личностных качеств развития ребенка (Таблица 5). Карточка заполняется два раза в год – в начале и в конце учебного года. Полученные срезы позволяют последовательно фиксировать поэтапный процесс изменения личности каждого ребенка, а также планировать темп индивидуального развития.

К оценке перечисленных в карточке личностных качеств привлекается также сам учащийся. Это позволяет соотнести его мнение о себе с представлениями окружающих людей; наглядно показать ребенку, какие у него есть резервы для самосовершенствования.

**МЕТОДИКИ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ОПРЕДЕЛИТЬ ДОСТИЖЕНИЕ УЧАЩИМИСЯ  
ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

**КАРТА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА**

Ф И

учащегося \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

Таблица 1

Формы промежуточной аттестация в модуле/ разделе программы (1г/2г/3г)	Критерии оценивания промежуточной (итоговой) аттестации
	I год обучения
Раздел 1. Танцевальный зачет	Критерии танцевального зачета: Разминка. Правильное выполнение – 1 балл Танцевальный шаг. Правильное выполнение – 1 балл Танцевальный бег. Правильное выполнение – 1 балл Прыжки. Правильное выполнение – 1 балл Подскоки. Правильное выполнение – 2 балла Повороты. Правильное выполнение – 2 балла
Раздел 2. Контрольный урок	Критерии оценивания Танцевальный шаг. Правильное выполнение – 2 балл Правильная осанка. Правильное выполнение – 1 балл Подвижность тазобедренного сустава. Правильное выполнение – 1 балл Подвижность плечевого пояса. Правильное выполнение – 1 балл
Раздел 3. Танцевальный зачет.	Постановка корпуса, головы. Правильное выполнение – 1 балл. Позиции ног 1, 2, 3, 6. Правильное выполнение – 1 балл. Препарасьон. Правильное выполнение – 1 балл. Батман тандю. Правильное выполнение – 1 балл. Релеве. Правильное выполнение – 1 балл.
Раздел 4. Контрольный урок	Позиции и положения ног. Правильное выполнение – 1 балл. Положения рук. Правильное выполнение – 1 балл. Позиции рук. Правильное выполнение – 1 балл. Переводы рук. Правильное выполнение – 1 балл. Переменный ход. Правильное выполнение – 1 балл. Притопы. Правильное выполнение – 1 балл. Ковырялочка. Правильное выполнение – 1 балл.



	Припадание.Правильное выполнение – 1 балл.
--	--

**Мониторинг результатов обучения учащегося по программе**

Таблица 2

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<b>I. Теоретическая подготовка ребенка</b>				
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);</li> <li>- <i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более ½);</li> <li>- <i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)</li> </ul>	1  5  10	Наблюдение, собеседование
Владение специальной терминологией по тематике программы	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);</li> <li>- <i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);</li> <li>- <i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).</li> </ul>	1  5  10	Собеседование
<b>II. Практическая подготовка ребенка</b>				

<p>Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)</p>	<p>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);</li> <li>- средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½);</li> <li>- максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период);</li> </ul>	<p>1 5 10</p>	<p>Контрольное задание</p>
<p>Владение специальным оборудованием и оснащением</p>	<p>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</li> <li>- средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога);</li> <li>максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> </ul>	<p>1 5 10</p>	<p>Контрольное задание</p>
<p>Творческие навыки (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте)</p>	<p>Правильность выполнения заданий</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога);</li> <li>- репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца);</li> <li>- творческий уровень (выполняет практические</li> </ul>	<p>1 5 10</p>	<p>Контрольное задание</p>

		задания с элементами творчества).		
<b>III. Общеучебные умения и навыки ребенка</b>				
Учебно-интеллектуальные умения:  Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературе	- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);  - средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);  - максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	1  5  10	Анализ  Рефераты, проекты
Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации	- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);  - средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);  - максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)		Наблюдение
Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить	Самостоятельность в учебно-	- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с		

<p>самостоятельные исследования)</p> <p>Учебно-коммуникативные умения:</p> <p>Умение слушать и слышать педагога</p>	<p>учебные исследовательской работе.</p> <p>Адекватность восприятия информации, идущей от педагога</p> <p>Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации</p>	<p>литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> <li>- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</li> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> <li>- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</li> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает</li> </ul>	<p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p>	
---	---	--	---	--

<p>Умение выступать перед аудиторией</p>	<p>Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств.</p>	<p>особых трудностей)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</li> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> </ul>	<p>1 5 10 1</p>	
<p>Умение вести полемику, участвовать в дискуссии</p>	<p>Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</li> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> </ul>	<p>5 10 1</p>	
<p>Учебно-организационные умения и навыки: Умение организовать свое рабочее (учебное) место</p>	<p>Соответствие реальных навыков соблюдения правил</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с</li> </ul>	<p>5</p>	

<p>Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности</p> <p>Умение аккуратно выполнять работу</p>	<p>безопасности программным требованиям</p> <p>Аккуратность и ответственность в работе</p>	<p>литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей);</li> <li>- максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребенок овладел менее чем <math>\frac{1}{2}</math> объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);</li> <li>- средний уровень (объем усвоенный навыков составляет более <math>\frac{1}{2}</math>);</li> <li>- максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).</li> </ul> <p>удовлетворительно – хорошо – отлично</p>	<p>10</p>	
---	--	--	-----------	--





<p>хореографии.</p> <p>e) позиции рук и ног;</p> <p>f) названия танцев;</p> <p>g) первичные сведения об искусстве хореографии.</p> <p>h) основные элементы народного танца;</p> <p>i) значение слов ритм, акцент, темп.</p> <p>j) новые направления, виды хореографии и музыки;</p> <p>k) осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувства и мысли</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией</p> <p>l) Хореографическая терминология</p>						
<p><b><u>Практическая подготовка обучающегося</u></b></p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:</p> <p>a) воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;</p> <p>b) соединять отдельные движения в хореографической композиции;</p> <p>c) исполнять движения каждого изученного танца.</p> <p>d) грамотно исполнять движения хореографических постановок;</p> <p>e) определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;</p> <p>f) самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.</p> <p>g) выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;</p>						

<p>h) контролировать и координировать своё тело; i) сопереживать и чувствовать музыку. 2.3. Творческие навыки</p> <p>а) групповое исполнение танца</p> <p>б) сольное исполнение танца</p>						
<p><b>I. <u>Общеучебные умения и навыки</u></b></p> <p>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</p> <p>а) умение подбирать и анализировать специальную литературу</p> <p>б) умение пользоваться компьютерными источниками информации.</p> <p>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</p> <p>а) умение слушать и слышать педагога</p> <p>б) умение выступать перед аудиторией</p> <p>в) умение работать в команде</p> <p>3.3. Учебно-организационные умения и навыки:</p> <p>а) умение организовать свое рабочее (учебное) место</p> <p>б) лидерские навыки</p>						

б) навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности  в) умение аккуратно выполнять работу						
<b>II. <u>Предметные достижения обучающегося:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ На уровне детского объединения (кружка, студии, секции)</li> <li>▪ На уровне школы (по линии дополнительного образования)</li> <li>▪ На уровне района, города</li> <li>▪ На региональном, федеральном уровне</li> </ul>						

Таблица 4.

**Схема самооценки «Мои достижения».**

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

Таблица 5.

**Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения программы**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<b>I. Организационно-волевые качества:</b>  1.1. Терпение  1.2. Воля    1.3. Самоконтроль	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.	- терпения хватает меньше чем на ½ занятия - терпения хватает больше чем на ½ занятия - терпения хватает на все занятие	1 5 10	Наблюдение
	Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	-волевые усилия ребенка побуждаются извне - иногда – самим ребенком - всегда – самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	- ребенок постоянно находится под воздействием контроля из вне - периодически контролирует себя сам - постоянно контролирует себя сам	5 10	Наблюдение

<p><b>II. Ориентационные качества:</b></p> <p>2.1. Самооценка</p> <p>2.2. Интерес к занятиям в детском объединении</p>	<p>Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.</p> <p>Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- завышенная</li> <li>- заниженная</li> <li>- нормальная</li>   <li>- интерес к занятиям продиктован ребенку извне</li> <li>- интерес периодически поддерживается самим ребенком</li> <li>- интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно</li> </ul>	<p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p>	<p>анкетирование</p> <p>наблюдение</p>
<p><b>III. Поведенческие качества:</b></p> <p>3.1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)</p> <p>3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского объединения)</p>	<p>Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации</p> <p>Умение воспринимать общие дела, как свои собственные</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- периодически провоцирует конфликты</li> <li>- сам в конфликтах не участвует, старается их избежать</li> <li>- пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты</li>   <li>- избегает участия в общих делах</li> <li>- участвует при побуждении извне</li> <li>- инициативен в общих делах</li> </ul>	<p>0</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>0</p> <p>5</p> <p>10</p>	<p>Тестирование, метод незаконченного предложения</p> <p>Наблюдение</p>

### Календарный учебно-тематический план

№	Дата	Название раздела, темы раздела, темы занятия	Объем часов	Форма занятия	Форма аттестации
1	10.09	Организационное собрание. Вводное занятие.	1	Рассказ –беседа, игра	
		<b>Раздел 1. Азбука танца</b>	<b>14</b>		Танцевальный зачет
2	17.09	Поклон. Упражнения разминки.	1	1	
3	24.09	Вытянутая и сокращенная стопа.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
4	1.10	Танцевальный шаг с носка.	2	Рассказ -беседа, тренировочное упражнение	
5	8.10	Репетиция концертного выступления	2	Тренировочные упражнения	
6	15.10	Концертное выступление	2		
7	22.10	Танцевальный бег.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
8	29.10	Прыжки.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
9	5.11.	Пассе не выворотню.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
10	12.11	Подскоки.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
11	19.11	Повороты.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
		<b>Раздел 2. Общеразвивающие и специальные упражнения.</b>	<b>10</b>		Контрольный урок
12	26.11	Упражнения для голеностопа.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	

13	3.12	Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
14	10.12	Упражнения для подвижности коленных и тазобедренных суставов.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
15	17.12	Репетиция новогоднего выступления	4	Тренировочные упражнения	
16	24.12	Концертное выступление на празднике «Приглашаем в Новгороде»	2	Тренировочные упражнения	
17	14.01	Танцевальный шаг	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
18	21.01	Упражнения для формирования правильной осанки.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
		<b>Раздел 3. Элементы классического танца.</b>	<b>10</b>		Зачет
19	28.01	Постановка корпуса, головы.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
20	4.02	Позиции ног 1, 2, 3, 6.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
21	11.02	Репетиция концертного выступления к Дню защитника Отечества	2		
22	18.02	Концертное праздничное выступление на празднике «День защитника Отечества»	2		
23	25.02	Препарасьон.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
24	4.03	Батман тандю.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	

25	11.03	Релеве.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
		<b>Раздел. Танцы народов мира. Русский танец</b>	<b>18</b>		Контрольное занятие
26	18.03	Позиции и положения ног. Положения рук.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
27	25.03	Позиции рук.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
28	1.04	Переводы рук.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
29	8.04	Переменный ход.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
30	15.04	Притопы. Репетиция концертного выступления.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
31		Выступление на городском хореографическом фестивале	2	Концерт	
32	22.04	Ковырялочка. Репетиция концертного выступления.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
33	29.04	Припадание. Репетиция концертного выступления.	2	Рассказ -беседа, тренировочные упражнения,	
34	6.05	Репетиция концертного выступления.	2	Тренировочные упражнения,	
35	13.05	Репетиция концертного выступления.	2	Тренировочные упражнения,	
36	20.05	Концертное выступление на празднике «Чести школы»	2	Концерт	
37	27.05	Итоговое занятие	2		
	<b>Итого</b>		<b>72 ч</b>		

### УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Музыкальная аппаратура, аудио записи,
- Видео материалы: «Танцы народов мира», «Классический танец», «Искусство балета»
- DVD диски (с аудио и видео материалами),
- DVD диски с обучающими хореографическими материалами,



- Компьютер,
- Проектор,
- Экран,
- Сменная обувь,
- Костюмы для выступлений (5 наименований).
- Наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками качественное освещение в дневное и вечернее время.

#### **Список литературы:**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Изд. 2-е. - Л., 1983, с.5-11
1. Ваганова А. Основы классического танца.- Изд. 5-е. - Л., 1980, с.95-147
2. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 1977, с.7-15
3. Володина О. Самоучитель клубных танцев. – Ростов-на-Дону, 2005, с.4-154
4. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребёнка. - М.,1976, с.3-16

5. Вербицкая А. Основы сценического движения. – М., 1983, с.5-13
6. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. – М., 2003, с. 9-166
7. Звёздочкин В. Классический танец. - «Феникс» 2003, с.6-24
8. Кветная О. Историко-бытовой танец. – М., 1997, с.45-67
9. Климов А. Основы русской народной хореографии. - М., 1981, с.9-159
10. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2005., с. 5-65
11. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – М., 2003.
12. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. - М., 1972, с. 2-98
13. Стриганов В., Уральская В. Современный бальный танец. - М., 1978, с. 15-76
14. Тарасов Н. Классический танец. – М., 1971; 1981,с. 20-90
15. Ткаченко Т. Народные танцы. - М., 1975,с. 6-35
16. Устинова Т. Беречь красоту русского танца. – М., 1959, с. 4-10
- 18.Мориц В.Э,Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа.-М-Л:Искусство,1940.-(Хореографическое училище ГАБДТ СССР).
- 19.Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски./Общ. Ред. Дормидонтовой Т..-М.:Советский композитор,1991.

#### **Интернет – источники**

1. <http://ballett.ru/cont/first>.
2. <http://www.missfit.ru>