МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный
университет имени Н. Г. Чернышевского»

Институт довузовского образования

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
_____ И. Г. Малинский
«_13_» _04_____2019 г.

Дополнительная общеразвивающая программа дополнительного образования

«Хореография»

Возраст обучающихся: 5-8 лет

Срок реализации программы – 3 года

Форма обучения: очная

Направленность – художественная

Разработчики программы:

Полухина Н. В. специалист по учебно-методической работе,
канд. биол. наук, кандидат в мастера спорта

Саратов, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК.....3
1.1. Пояснительная записка.....3
1.2. Цель и задачи программы.....5
1.3. Планируемые результаты обучения.....6
1.4. Содержание программы.....7
1.4.1. Учебный план 1-го года обучения.....7
1.4.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения.....8
1.4.3. Учебный план 2-го года обучения.....11
1.4.4. Содержание учебного плана 2-го года обучения.....11
1.4.5. Учебный план 3-го года обучения.....14
1.4.6. Содержание учебного плана 3-го года обучения.....14
1.5. Формы аттестации планируемых результатов программы и их периодичность.....17
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....20
2.1. Методическое обеспечение программы.....20
2.2. Условия реализации программы.....22
2.3. Оценочные материалы.....23
2.4. Список литературы.....35

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеразвивающая программа дополнительного образования «Хореография» имеет художественную направленность.

Актуальность программы. Хореография является средством художественно-эстетического воспитания дошкольников широкого профиля, её специфика определяется разносторонним воздействием на ребенка. Занятия хореографией способствуют укреплению психического и физического здоровья детей, формируют правильную осанку, учат красоте и выразительности движений, развивают музыкальность и чувство ритма. Формируется культура поведения и общения, развивается фантазия, память ребенка и обогащается его кругозор. Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают детей, делают их поведение естественным и красивым. Живой, физически активный характер танца имеет особенную практическую ценность в настоящее время, когда основное внимание направлено на интеллектуальное развитие ребенка, вследствие чего его образ жизни становится все более неподвижным, малоактивным.

Отличительные особенности программы. В отличие от программ схожей направленности, реализуемых в Саратове, например, образовательных программ «Азбука танца», «Хореография», в данной программе продолжительность обучения составляет 3 года, которые предусматривают работу с ребенком не только дошкольного, но и младшего школьного возраста. То есть, предусматривается плавный переход и развитие ребенка на разных возрастных этапах. Также в процессе обучения детей предполагается проведение диагностических процедур, для которых дополнительно привлекаются квалифицированные эксперты организации с профильным психологическим образованием.

Адресат программы (категории обучающихся). Дополнительная общеразвивающая программа дополнительного образования «Хореография» предназначена для работы с детьми в возрасте от 5-ти до 8-ми лет.

Комплектование учебных групп. Реализация программы осуществляется в форме групповых занятий. В группу 1-го года обучения набираются дети в возрасте от 5-ти до 6-ти лет. Численный состав группы может включать от 12-ти до 15-ти обучающихся.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 5-ти лет. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности – заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания. От внутрисемейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее, с сюжетно-ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников. Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные вопросы. Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-8 лет. Ребенок постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Способен сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. К его игровым интересам, в которые входят уже игры по правилам, добавляется

познавательный интерес. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и поэтому ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься скучным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. Но полная психологическая готовность ребенка к школе определяется не только его мотивационной готовностью, но и интеллектуальной зрелостью, а также сформированной произвольностью, то есть способностью сосредотачиваться на 35-40 минут, выполняя какую-либо череду задач. Чаще всего такая готовность формируется именно к семи годам. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

Общий объем программы и сроки ее освоения. Программа реализуется в течение 3-х лет и состоит из 3-х основных модулей. Общий объем программы составляет 432 часа – по 144 часа на каждый год обучения (на каждый модуль программы).

Режим занятий. Режим занятий для групп – 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность академического часа – 30 минут; между занятиями предусмотрен 10-минутный перерыв.

1.2. Цель и задачи программы

Цель дополнительной общеразвивающей программы дополнительного образования «Хореография» – усиление творческой активности и эмоциональной отзывчивости ребенка через освоение музыкально-ритмических, танцевальных движений.

Образовательные задачи:

– научить основам танцевальной ритмики, партерной гимнастики, классического танца, современного эстрадного танца;

– подготовить к исполнению эстрадного танца с игрушками и предметами, танца в стиле джаз-модерн, хип-хоп танца;

– научить применять в танце стилевые приемы пластики и приемы экзерсиса у станка;

– подготовить обучающихся к музыкально-пластической импровизации в танце любого стиля и направления;

Развивающие задачи:

– сформировать навык соблюдения техники безопасности;

– развивать координацию, культуру движения, воображение;

– подготовить к участию в групповой творческой деятельности;

Воспитательные задачи:

– выработать у обучающегося навыки общения с руководителем группы и с детьми в группе;

– воспитать у обучающегося трудолюбие, терпение;

– сформировать у обучающегося устойчивую мотивацию к дальнейшему изучению хореографии, а также к здоровому образу жизни.

1.3. Планируемые результаты обучения

1-й год обучения

Предметные результаты:

– обучающийся может знать основы танцевальной ритмики и партерной гимнастики;

– обучающийся может исполнять эстрадный танец с игрушками и предметами;

Интегративные личностные характеристики:

– обучающийся может демонстрировать культуру общения с руководителем группы и с детьми в группе;

2-й год обучения

Предметные результаты:

– обучающийся может знать и применять основные стилевые приемы пластики в танце;

– обучающийся может знать и выполнять основные приемы экзерсиса у станка;

– обучающийся способен исполнять современный танец в стилях джаз-модерн, хип-хоп;

Интегративные личностные характеристики:

– обучающийся может проявлять любознательность, активный интерес к изучению хореографии;

– обучающийся самостоятельно может соблюдать требования техники безопасности при выполнении упражнений;

<u>3-й год обучения</u>

Предметные результаты:

– обучающийся способен импровизировать в танце, проявляя при этом артистизм и эмоциональность;

Метапредметные результаты:

– обучающийся готов к совместной артистической деятельности;

Личностные результаты:

– обучающийся обладает потребностью в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни;

– обучающийся добросовестно относится к труду и к общественной собственности.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Теория	***Практика***	***Всего***
МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ ТАНЦА				
1	*Вводное занятие 1-го года обучения*	*2*		*2*
2	*Тема 1. Средства выразительности в танце*	*4*	*26*	*30*
3	*Тема 2. Основы партерной гимнастики*	*4*	*28*	*30*

4	*Тема 3. Элементы хореографии*	*2*	*36*	*38*
5	*Тема 4. Элементы эстрадного танца с игрушками и предметами*	*6*	*34*	*40*
6	*Итоговое занятие 1-го года обучения*		*2*	*2*
ИТОГО за 1-й год обучения (по 1-му модулю)		**18**	**126**	**144**

1.4.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения

МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ ТАНЦА

Уровень: **стартовый.**

Образовательная задача: научить владению телом под музыку с использованием основ танцевальной ритмики, партерной гимнастики, а также элементов хореографии и эстрадного танца (с игрушками и предметами).

Учебные подзадачи:

– помочь освоить понятия: танцевальный шаг, танцевальный этюд, классический и эстрадный танец;

– ознакомить со средствами выразительности в танце, с музыкально-ритмическими темпами;

– помочь освоить технику и специфику исполнения различных движений партерной гимнастики;

– научить выполнять основные элементы классического танца;

– научить выполнять основные танцевальные элементы эстрадного танца – приставной шаг, полуприседание, пружинистый шаг, повороты;

– подготовить к танцу с игрушками и предметами.

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Теория. Знакомство и организационная беседа. Постановка цели, задач на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Танцевальная этика – культура и правила поведения на занятиях, общие требования к внешнему виду на практике. Расписание.

ТЕМА 1. СРЕДСТВА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ В ТАНЦЕ

Теория. Знакомство со средствами выразительности: темп, динамика движения, характер.

Практика. Построение. Знакомство с музыкально-ритмическими темпами. Исполнение движений под музыку и без с единым темпом; переключение с одного темпа на другой. Передача ритмического рисунка хлопками, шагами, выстукиванием в ложки; бегом и другими движениями; соблюдение пауз. Знакомство обучающихся с элементами танцевальных движений и их разучивание: шаги, бег и прыжки в сочетании по принципу контраста, хлопки, положение рук во время выполнения упражнений. Ритмические упражнения с хлопками и притопами, танцевальные игры. Игры на развитие у детей навыков общения в паре.

ТЕМА 2. ОСНОВЫ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ

Теория. Знакомство с техникой и спецификой исполнения различных движений партерной гимнастики. Знакомство с понятием «Танцевальный шаг».

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Упражнения на напряжение и расслабление мышц, выполнение базовых упражнений на полу. Упражнения на улучшение выворотности стоп и танцевального шага. Выполнение различных шагов, переступаний, шаговых дорожек, маршировки, махи ногами. Выполнение упражнений на развитие пластичности. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника и исправление недостатков осанки. Упражнения на растяжку. Выполнение элементов акробатики.

ТЕМА 3. ЭЛЕМЕНТЫ ХОРЕОГРАФИИ

Теория. Знакомство с терминологией по теме. Роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений классического танца. Соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники

исполнения. Правила постановки корпуса. Позиции ног в классическом танце. Роль двигательных функций (выворотность ног, подъема ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок). Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Разучивание основных элементов классического танца. Позиции ног. Постановка корпуса лицом к станку. Положение рук у станка. Разучивание экзерсиса у станка. Разучивание основных элементов классического танца.

ТЕМА 4. ЭЛЕМЕНТЫ ЭСТРАДНОГО ТАНЦА С ИГРУШКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ

Теория. Понятие эстрадного танца. Основные характеристики эстрадного танца. Понятие о танцевальном этюде. Правила поведения на сцене. Правила обращения со сценическим костюмом

Практика. Упражнения по диагонали: прыжки, подскоки, галоп, бег, элементарное вращение (понятия: точка, линия, осанка при вращениях), шаг польки. Развитие навыка вытянутой ноги, подъёма во время исполнения движений. Развитие координации тела. Постановка корпуса. Ходьба, бег, прыжки, перескоки, галоп. Упражнения для рук, кистей, пальцев. Игры на развитие у детей навыков общения в паре. Танцевальные элементы: приставной шаг, полуприседание, пружинистый шаг, повороты. Развитие навыка игры с мячом, сочетание их с простейшими танцевальными элементами: покачивание куклы в руках, передача друг другу, перекладывание платочка из руки в руку, вращение платочка над головой, и др. Танцевальные этюды.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Практика. Танцевальные этюды. Повторение пройденного и аттестация обучающихся.

1.4.3. Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Теория	***Практика***	***Всего***
МОДУЛЬ 2. СТИЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ И ЭКЗЕРСИС В ТАНЦЕ				
1	*Вводное занятие 2-го года обучения*	*2*		*2*
2	*Тема 5. Стилевые приемы в пластике*	*2*	*28*	*30*
3	*Тема 6. Основы классического танца*	*4*	*28*	*32*
4	*Тема 7. Джаз-модерн танец*	*1*	*46*	*47*
5	*Тема 8. Танец в стиле хип-хоп*	*1*	*30*	*31*
6	*Итоговое занятие 2-го года обучения*		*2*	*2*
ИТОГО за 2-й год обучения (по 2-му модулю)		**10**	**134**	**144**

1.4.4. Содержание учебного плана 2-го года обучения

МОДУЛЬ 2. СТИЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ И ЭКЗЕРСИС В ТАНЦЕ
Уровень: **базовый.**
Образовательная задача: помочь освоить основы танца с применением основных стилевых приемов пластики и элементов экзерсиса.
Учебные подзадачи:

– ознакомить с основными стилевыми приемами пластики;

– развить в обучающихся гибкость, пластичность и выносливость, а также готовность к применению приемов пластики и к передаче эмоций темпо-ритма в танце;

– ознакомить обучающихся с историей танца, с основными именами в истории танцевального искусства, с терминологией, свойственной классическому танцу;

– научить выполнению основных элементов экзерсиса у станка;

– познакомить с историей джаз-модерн танца, хип-хоп танца, обучить отдельным движениям джаз-танца; хип-хоп танца;

– подготовить к самостоятельному исполнению танца, к импровизации музыкально-хореографических миниатюр.

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Теория. Цель и задачи второго года обучения. Расписание. Перспективы и требования на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности во время занятий у станка и в зале. Культура поведения на занятиях.

ТЕМА 5. СТИЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ ПЛАСТИКИ

Теория. Знакомство со стилевыми приемами пластики. Взаимосвязь музыки и движения. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Различные наклоны, выпады, приседания; упражнения в партере для развития гибкости, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног; танцевальная разминка, которая включает в себя элементы народного, эстрадного и других видов танца, упражнениями на расслабление. Выполнение упражнений на улучшение осанки. Выполнение упражнений на выносливость. Шагистика. Выполнение шаговых дорожек. Развитие навыков самостоятельной реакции. Выполнение упражнений на начало, конец музыки. Танцевальная импровизация на музыку, выбранную педагогом. Передвижение в пространстве. Повторение музыкально-хореографических миниатюр.

ТЕМА 6. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Теория. История танца. Великие имена в истории танцевального искусства. Знакомство с базовой терминологией.

Практика. Экзерсис у станка. Повторение и закрепление изученного материала. Постановка корпуса у станка. Развитие силы и выносливости в комбинациях за счет ускорения темпа и нагрузки. Разучивание элементов экзерсиса у станка. Повороты и вращения у станка.

ТЕМА 7. ДЖАЗ-МОДЕРН ТАНЕЦ

Теория. Знакомство с историей появления эстрадного танца, джаз-танца, их особенности. Виды джаз-танца. Особенности пластики, стиля и манеры танца

джаз-модерн. Эмоции как основное средство выразительности. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры. Выполнение упражнений руками, ногами, для позвоночника, на передвижение в пространстве, на создание мышечного корсета позвоночника. Выполнение различных упражнений на релаксацию, на улучшение координации движений. Темпо-ритм в танцевальных композициях. Создание этюдов на развитие техники исполнения; на композиционный рисунок; на актёрское мастерство; на пластику; на ритмичность, динамику, импульсную технику.

ТЕМА 8. ТАНЕЦ В СТИЛЕ ХИП-ХОП

Теория. Знакомство с историей появления хип-хоп танца; его особенности. Основные движения стиля хип-хоп. Старая и новая школы хип-хоп. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Движения танца в стиле хип-хоп. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость. Постановка танца в стиле хип-хоп.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Повторение изученного и аттестация обучающихся.

1.4.5. Учебный план 3-го года обучения

№ п/п	**Наименование разделов и тем**	**Количество часов**		
		Теория	***Практика***	***Всего***
МОДУЛЬ 3. ИМПРОВИЗАЦИЯ В ТАНЦЕ				
1	Вводное занятие 3-го года обучения	2		2
2	Тема 9. Ритмопластика	2	38	40
3	Тема 10. Экзерсис у станка	2	20	22
4	Тема 11. Импровизация в эстрадном танце	2	54	56

5	Тема 12. Музыкально-пластическая импровизация	2	20	22
6	Итоговое занятие 3-го года обучения		2	2
ИТОГО за 3-й год обучения (по 3-му модулю)		**10**	**134**	**144**

1.4.6. Содержание учебного плана 3-го года обучения

МОДУЛЬ 3. ИМПРОВИЗАЦИЯ В ТАНЦЕ

***Уровень:* продвинутый.**

Образовательная задача: подготовить обучающихся к музыкально-пластической импровизации в танце любого стиля и направления.

Учебные подзадачи:

- помочь освоить стилевые приемы пластики;
- подготовить к исполнению ритмических танцев, построенных на образных движениях;
- сформировать готовность самостоятельно повторять выполнение элементов экзерсиса у станка, на полупальцах, на середине;
- помочь развить эмоциональность танца обучающихся, найти собственный характер исполнения современного танца, в том числе вслушивания в музыку и передачи ее характера с помощью движений;
- помочь освоить основы мизансценирования, технику сценического падения;
- научить создавать музыкально-пластические импровизации на базе элементов танца, освоенных за весь период обучения.

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Теория. Цель и задачи третьего года обучения. Организационные вопросы. Расписание. Перспективы и требования на предстоящий учебный год. Культура поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

ТЕМА 9. РИТМОПЛАСТИКА

Теория. Стилевые приемы пластики. Взаимосвязь музыки и движения.

Практика. Музыкально-ритмические упражнения на развитие мышечной силы и гибкости мышц плечевого пояса, рук. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава. Упражнения для развития выносливости. Упражнения на гибкость и подвижности в суставах. Упражнения на раскрепощение и развитие мягкости плавности движений рук, ног; развитие выразительности движений, чувства ритма, музыкального слуха. Упражнения для развития координации. Упражнения для укрепления вестибулярного аппарата. Стретчинг. Релаксационные упражнения. Постановка ритмических танцев, построенных на образных движениях. Танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее.

ТЕМА 10. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

Теория. Знакомство с новой терминологией, свойственной классическому танцу (часть 2). Основные приемы развития движений классического танца на середине зала.

Практика. Экзерсис у станка. Повторение и закрепление изученного материала. Развитие силы и выносливости в комбинациях за счет ускорения темпа и нагрузки. Разучивание элементов экзерсиса у станка, их исполнение на полупальцах, на середине зала. Развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и нагрузки в комбинациях. Выполнение упражнений по диагонали. Работа над увеличением скорости и чистоты исполнения составляющих элементов.

ТЕМА 11. ИМПРОВИЗАЦИЯ В ЭСТРАДНОМ ТАНЦЕ

Теория. Основные принципы, используемые при импровизации. Техника безопасности во время исполнения упражнений.

Практика. Создание импровизированных этюдов. Выполнение упражнений на развитие эмоциональности, характерности исполнения этюдов.

Выполнение тренинга на развитие фантазии и воображения. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах. Выполнение упражнений на развитие пластичности. Выполнение упражнений на умение слышать музыку, передавать её характер с помощью движений. Экзерсис. Арабески.

ТЕМА 12. МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ

Теория. Работа с музыкальным материалом и ритмом как основными составляющими современной хореографии. Соответствие музыкального материала хореографическому действию. Основы мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической импровизацией. Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений. Выполнение различных шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление. Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением. Выполнение танцевальных импровизаций под музыку, выбранную педагогом. Создание танцевальной импровизации на тему. Подражательные движения в этюдах. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Практика. Итоговая аттестация обучающихся.

1.5. Формы аттестации планируемых результатов программы и их периодичность

В рамках реализации программы предусмотрены следующие виды контроля/ аттестации: входной контроль, текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестации.

Входной контроль проводится непосредственно перед началом занятий при приеме обучающегося в учебную группу. Предусмотрены собеседование, входная диагностика на предмет определения наличествующих знаний и умений, способностей и мотивации ребенка к занятиям хореографией, а также проверка отсутствия противопоказаний у детей к занятиям физической культурой.

Текущий контроль осуществляется в рамках проведения занятий в формах диагностики, устного опроса, практических заданий, наблюдения в процессе самостоятельной работы обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится по завершении освоения первого и второго модулей программы. Возможны следующие формы: внутригрупповые и/ или межгрупповые конкурсы, просмотры, отчетный концерт. Итоговая аттестация проводится в форме отчетного концерта. Более подробно информация представлена в таблице.

№ п/п	***Планируемые результаты***	***Формы контроля/ аттестации***
	1-й год обучения	
	Предметные результаты	
1.	обучающийся может знать основы танцевальной ритмики и партерной гимнастики;	устный опрос; наблюдение;
2.	обучающийся может исполнять эстрадный танец с игрушками и предметами;	наблюдение; участие во внутригрупповых и межгрупповых конкурсах;
	Интегративные личностные характеристики	
3.	обучающийся может демонстрировать культуру общения с руководителем группы и с детьми в группе;	устный опрос; наблюдение; диагностика;
	2-й год обучения	
	Предметные результаты	
4.	обучающийся может знать и применять основные стилевые приемы пластики в танце;	устный опрос; наблюдение; просмотр; отчетный концерт;
5.	обучающийся может знать и выполнять основные приемы экзерсиса у станка;	устный опрос; наблюдение; просмотр; отчетный концерт;
6.	обучающийся способен исполнять	наблюдение; просмотр; участие

	современный танец в стилях джаз-модерн, хип-хоп;	во внутригрупповых и межгрупповых конкурсах; отчетный концерт;
Интегративные личностные характеристики		
7.	обучающийся может проявлять любознательность, активный интерес к изучению хореографии;	устный опрос; наблюдение; диагностика;
8.	обучающийся самостоятельно может соблюдать требования техники безопасности при выполнении упражнений;	наблюдение; просмотр; участие во внутригрупповых и межгрупповых конкурсах; отчетный концерт;
3-й год обучения		
Предметные результаты		
9.	обучающийся способен импровизировать в танце, проявляя при этом артистизм и эмоциональность;	просмотр; участие во внутригрупповых и межгрупповых конкурсах; отчетный концерт;
Метапредметные результаты		
10.	обучающийся готов к совместной артистической деятельности;	наблюдение; диагностика; просмотр; участие во внутригрупповых и межгрупповых конкурсах; отчетный концерт;
Личностные результаты		
11.	обучающийся добросовестно относится к труду и к общественной собственности;	наблюдение; диагностика; отчетный концерт;
12.	обучающийся обладает потребностью в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни;	наблюдение; беседа;

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Методическое обеспечение программы

Программа базируется на важнейших в хореографической работе *дидактических принципах* систематичности, доступности, последовательности (от простого к сложному), учета психофизиологических и возрастных особенностей, а также учитывает *принципы непрерывного образования* (деятельности (Давыдов В.В.), непрерывности, психологической комфортности и др.).

Программа содержит теоретическую и практическую часть. Теоретический материал излагается в форме бесед и содержит сведения об истории возникновения и развития различных видов искусства и народного художественного творчества, их отличительных особенностях. Большее количество часов отводится на практическую деятельность учащихся. Предусмотрено систематическое и последовательное обучение. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий. Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году занятий, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующих годах обучения. Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создаёт впечатление новизны и развивает творческую фантазию у детей.

Тематическая программа каждого модуля обеспечивает интегративность, преемственность содержания программы – теоретические знания, практические навыки и приемы, освоенные на занятиях, используются в обучении в последующих модулях.

На занятиях применяются различные педагогические технологии: традиционного обучения, проблемного обучения, здоровьесберегающие

технологии. Также на занятиях активно используются следующие методы и технологии: *метод целостного освоения упражнений и движений* (использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее; в эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения); *ступенчатый метод* (практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения, улучшения выразительности движения; метод может применяться при изучении сложных движений); игровой метод (используется при проведении музыкально-ритмических дидактических игр, основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата, повышает эмоциональность обучения).

Занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства. Образовательный процесс выстраивается с применением различных форм занятий. Обучение танцевальным движениям происходит путем наглядного восприятия (практического показа), ознакомления с видеоматериалами, метода объяснений. Метод объяснения – универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в музыку. Это определяет разнообразие используемых методических приёмов: рассказ; беседа; обсуждение; объяснение. Методы наглядного восприятия – показ упражнений, демонстрация плакатов, рисунков, использование мультимедийных средств, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы курса.

Два раза в год во всех группах проводятся мониторинговые процедуры по определению динамики изменения уровня музыкального и психомоторного развития обучающихся; сформированность коммуникативных качеств, трудолюбия и работоспособности. С этой целью применяется педагогическое наблюдение, беседа, диагностические методики, анализ данных.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Для проведения занятий по дополнительной общеразвивающей программе дополнительного образования «Хореография» необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебная аудитория вместимостью не менее 15-ти человек для проведения теоретических занятий; хореографический/ спортивный зал с хореографическими станками и зеркалами, снарядной; помещения для переодевания для мальчиков и девочек, умывальные; ноутбук с CD- и или DVD-приводом и/ или музыкальный проигрыватель; спортивный инвентарь (мячи, ленты и другие аксессуары для постановки танца) и оборудование, соответствующие росто-возрастным особенностям детей.

Дидактическое обеспечение программы

1) Подборка литературы по разделам программы.

2) Плакаты с позициями рук и ног.

3) Буклеты с фотографиями ведущих танцовщиц и танцевальных ансамблей мира.

4) Медиатека.

Кадровое обеспечение программы

Для проведения занятий по дополнительной общеразвивающей программе дополнительного образования «Хореография» необходимо следующее кадровое обеспечение: педагог дополнительного

образования, соответствующий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.3. Оценочные материалы

При оценке используются разнообразные оценочные материалы. Примеры оценочных материалов, используемых при реализации дополнительной общеразвивающей программы дополнительного образования «Хореография»:

1) Контрольные вопросы. Контрольные вопросы используются при проведении устного опроса. Цель устного опроса – проверка того, насколько обучающийся запомнил теоретические аспекты программы, насколько он заинтересован в обучении; насколько он владеет культурой общения.

Примерные вопросы для 1-го и 2-го года обучения

1. Какое из движений, которое мы разучивали на предыдущем занятии, тебе понравилось больше остальных?
2. Как называется обувь балерины?
3. Как называются движения у станка одним словом?
4. Назови приспособление, служащее опорой танцовщикам?
5. А теперь отгадаем загадку: За руки беремся дружно, Кругом встанем – это нужно. Танцевать пошли, и вот – Закружился … (Хоровод).
6. Что значит ан фас?

Критерии оценивания

Результаты	**Граничные критерии оценки**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся может ответить на вопросы педагога;	обучающийся может знать ответы на большинство вопросов;	обучающийся может не знать ответы;
Интегративные характеристик и личности	может с интересом слушать ответы одногруппников, готов помочь, однако не перебивает; может	может слушать отвечающего, но периодически его перебивать; иногда может задать	может не слушать ответы ровесников; отвлекать их от занятия;

	задавать дополнительные вопросы педагогу;	дополнительные вопросы педагогу;	

Примерные вопросы для 3-го года обучения

1. Кого из истории танцевального искусства ты запомнил? Почему?
2. Перечисли наиболее запомнившиеся тебе элементы экзерсиса.
3. А теперь давайте отгадаем загадку: Встанут все актёры дружно Там, где им по роли нужно. Режиссёр зовёт на сцену – Размечает… (мизансцену).

Критерии оценивания

Результаты	**Граничные критерии оценки**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся отвечает на вопросы педагога; самостоятельно задает дополнительные вопросы;	знает ответы на большинство задаваемых вопросов; спрашивает у педагога или одногруппников ответы на вопросы, на которые он не смог дать ответа;	обучающийся не знает ответов на вопросы педагога; не заинтересован в получении ответов на вопросы, на которые не смог ответить;

2) Экзерсис у станка. Данные упражнения способствуют развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений у обучающихся. Выполняются на практических занятиях в течение всего периода обучения. Их освоение педагог контролирует с помощью наблюдения и/ или просмотров, а также при проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

На 1-м и 2-м году обучения может оцениваться выполнение следующих упражнений:

1. *Полуприсед, присед* (demi-plie, grand-plie). Цель упражнения – развитие эластичности суставно-связочного аппарата и «выворотности» в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах. Упражнение способствует развитию прыгучести за счет растягивания ахиллесова

сухожилия. Полуприсед выполняется по всем позициям. В этом упражнении пятки от пола не отрываются, тяжесть тела распределяется равномерно на обе ноги. Сгибание и разгибание ног выполняется плавно, без остановки, «выворотно», колени направлены в стороны, по линии плеч. Осанка прямая. Присед (гранд плие). Присед выполняется по всем позициям. Сначала плавно выполняется полуприсед, затем постепенно поднимаются пятки, а колени максимально сгибаются. При разгибании сначала опускаются на пол пятки, затем выпрямляются колени. При поднимании пяток не подниматься высоко на полупальцы. Сгибание и разгибание должно выполняться плавно, в одном темпе. Темп средний. Перед началом упражнения рука (если движение выполняется у станка) или обе руки (если движение выполняется на середине) из подготовительной позиции переводятся из подготовительной позиции через первую позицию во вторую. Затем с началом сгибания ног рука (или обе руки) опускается из второй позиции в подготовительную, а с началом разгибания ног рука снова переводится через первую позицию во вторую.

2. *Вытянутый* (battement fondu, положение ноги на носок вперед, в сторону, назад). Сгибание и разгибание стопы скольжением по полу до положения ноги на носок. Выполняется из первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед, в сторону, назад. Цель упражнения – научить правильно вытягивать ногу в нужном направлении, выработать силу и эластичность подъема (голеностопного сустава) и красивую линию ног. Батман тандю (правая в сторону на носок). Батман тандю вперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча. При выполнении батман тандю сначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем. Центр тяжести туловища на опорной ноге, носок от пола не отрывается.

3. *Взмах* (battement tendu jete). Вырабатывает силу мышц, красоту линии ног и четкость выполнения. Небольшие четкие взмахи ногой в положение книзу и возвращение в исходное положение через батман тандю.

Выполняется по первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед – книзу, в сторону – книзу, назад – книзу. Батман тандю жете выполняется так же, как и батман тандю, но при достижении положения на носок нога не задерживается, а взмахом продолжает движение, где фиксируется на высоте середины голени опорной ноги (45°). Обе ноги должны быть «выворотны», мышцы ног подтянуты, а во время взмаха подъем и пальцы работающей ноги должны быть предельно натянуты.

Критерии оценивания

Результаты	**Граничные критерии оценки**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся может демонстрировать надлежащую постановку корпуса и спины; может выполнить все движения в соответствии с инструкцией;	постановка корпуса и спины обучающегося может соответствовать требованиям; может выполнить большинство пройденных элементов;	обучающийся может демонстрировать ненадлежащую постановку корпуса и спины; некорректно выполнять упражнения;
Интегративные характеристик и личности	обучающийся может продемонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;	обучающийся по большей части может продемонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;	обучающийся может не демонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;

На 3-м году обучения может оцениваться выполнение уже более сложных элементов экзерсиса:

1. Pas coupe-ballonne с открыванием ноги в сторону.
2. Pas echappi en tournant на II позицию по 1/4 поворота.
3. Sissonne ouverte на 45° но всех направлениях и позах (без продвижения).

4. Sissonne ouverte par developpe на 45° во всех направлениях и позах.

5. Pas assemble soutenu en tournant en dehors et en dedans no 1/2 оборота.

6. Sissonne simple en tournant по 1/4 и 1/2 оборота.

7. Pas de bourree suivi en face, в маленьких и больших позах с продвижением в сторону, вперед, назад и еп tournant (на месте).

Критерии оценивания

Результаты	**Граничные критерии оценки**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся демонстрирует надлежащую постановку корпуса и спины; выполняет все движения в четком соответствии требованиями;	постановка корпуса и спины обучающегося соответствует требованиям; соблюдает алгоритм и требования к выполнению упражнения;	обучающийся демонстрирует ненадлежащую постановку корпуса и спины; неверно выполняет движения.

3) Танцевальные импровизации на тему. Цель танцевальной импровизации – раскрепостить обучающегося и помочь ему выразить свою эмоциональность и артистизм в танце. Танцевальная импровизация используется на практических занятиях, а также при проведении текущей и итоговой аттестации обучающихся 3-го года обучения.

Примерные темы для танцевальных импровизаций:

- «Полет Бабочки»,
- «Заколдованный Лес»,
- «Танцующий Огонь»,
- «Первая Потеря»,
- «Подарок»,
- «Утро».

Критерии оценивания

Результаты	Граничные критерии оценки		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся проявляет фантазию, артистизм и эмоциональность в импровизации, вариативно соединяет приемы и движения, которые он освоил в ходе обучения по программе; его движения соответствуют заявленной тематике;	обучающийся в большинстве использует приемы и движения, которые он освоил в ходе обучения по программе; частично демонстрирует артистизм и эмоциональность в импровизации; его танец соответствует заявленной тематике;	обучающийся повторяет уже разученный танец, исполняет танец безучастно; его танец не соответствует заявленной тематике;
Мета-предметные	движения обучающегося попадают в такт музыке; эстетически переживает музыку в движениях;	в танце обучающийся практически полностью попадает в ритм музыкальной композиции;	обучающийся сбивается с ритма, двигается невпопад;

4) Музыкально-дидактические игры. Музыкально-дидактические игры используются для проведения практических занятий в игровой форме в течение всего периода обучения. Например, в первые два года обучения педагог может проводить следующие игры:

1) Игра «Два весёлых гуся»

Цель – способствовать развитию умения комбинировать образные и танцевальные движения, создавая музыкально-игровой образ в развитии по тексту песни.

Инструкция. Выполнять ритмико-двигательные движения под собственное исполнение песен. Движения, которые меняются согласно сюжету конкретного куплета. Педагог предлагает разыграть по ролям песню «Два веселых гуся». Дети вспоминают текст, обсуждают настроение персонажей, характерные для них движения, их действия по каждому куплету.

2) Игра «Сад»

Цель – способствовать развитию воображения у детей; сформировать у них готовность к совместной артистической деятельности.

Инструкция. Каждому ребенку предлагается свое собственное задание – станцевать какое-то животное, растение или часть пейзажа. Для создания некоторых образов (скажем, ручья или облака) дети могут объединяться по несколько человек. Усложнение задания – совместный танец единого сада.

3) Сюжетно-ролевая игра «Зоопарк»

Цель – создать у детей интерес к сюжетно-ролевой игре, помочь создать игровую обстановку.

Инструкция. Дети становятся в круг. Ведущий показывает несколько фигур животных. Задача детей – повторить фигуру, когда на них показывает ведущий.

Критерии оценивания

Результаты	**Граничные критерии оценки**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Предметные	обучающийся может с точностью выполнять требования педагога; может быть заинтересован, вовлечен в игровой процесс; может согласовывать движения тела с музыкой;	обучающийся может выполнять требования педагога; может практически полностью согласовывать собственные движения тела с музыкой;	обучающийся может не слушатт указаний педагога; не быть заинтересованным в выполнении задания, не двигаться согласовано с музыкой;
Интегративные характеристик и личности	обучающийся может продемонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;	обучающийся по большей части может демонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;	обучающийся может не демонстрировать навыки безопасного поведения при выполнении упражнения;

5) Беседа о здоровом образе жизни. Для диагностики сформированности у обучающихся заинтересованности в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни раз в год преподаватель проводит беседу с каждым ребенком. Ответы он фиксирует в специально отведенном для этого журнале, анализирует динамику их изменения за 3 года работы.

Примерные вопросы для проведения беседы:

1. Что нужно делать для того, чтобы быть здоровым?
2. Делаешь ли ты утреннюю зарядку?
3. Знаешь ли ты, что такое «полезные привычки»?
4. Знаешь ли ты, что такое «вредные привычки»?
5. Знаешь ли ты о последствиях вредных привычек?
6. Ведешь ли ты здоровый образ жизни?
7. Почему нужно соблюдать здоровый образ жизни?

Критерии оценивания:

Результаты	**Уровни сформированности**		
	высокий	**средний**	**низкий**
Личностные	ребенок имеет четкое представление о понятии «здоровье» и связывает его с состоянием человека, с состоянием окружающей среды; отрицательно относится к вредным привычкам, уверенно называет полезные привычки, понимает их влиянием на состояние здоровья; настроен на здоровый образ жизни; соблюдает правила	ребенок имеет приблизительное представление о понятии «здоровье», связывает его с состоянием человека; имеет небольшое представление о вредных привычках; называет полезные привычки, с помощью взрослого выявляет связь между здоровьем и окружающей средой, наличием вредными и полезными привычками, при помощи наводящих вопросов называет условия	ребенок имеет бессистемные представления о понятии «здоровье» как состоянии человека, не связывает состояние здоровья с состоянием окружающей среды; не отрицает вредных привычек; не может рассказать о полезных привычках, требуются

	гигиены, опрятен, аккуратен	здорового образа жизни	наводящие вопросы

6) Диагностика самооценки обучающегося. Диагностика проводится специалистами факультета психологии СГУ им. Н.Г. Чернышевского с использованием методик «Лесенка», «Какой Я?».

Инструкция к методике «Лесенка»

На листе бумаги нарисована лестница из 10 ступенек. Ребенку рассказывают, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки. На второй – чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки. После просят ребенка поставить себя на любую из ступеней (Нарисуй себя на этой ступенечке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человечка).

Обработка результатов:

1-3 ступенька – низкий уровень самооценки (заниженная);

4-7 ступенька – средний уровень самооценки (правильный);

8-10 ступенька – высокий уровень самооценки (завышенная).

Инструкция к методике «Какой Я?»

Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы. *Оценка результатов.* Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется по общей сумме баллов, набранной ребенком по всем качествам личности. Выводы об уровне

развития самооценки: 10 баллов – очень высокий, 8-9 баллов – высокий, 4-7 баллов – средний, 2-3 балла – низкий, 0-1 балл – очень низкий.

Протокол методики «Какой Я?»

№ п/п	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
		да	нет	иногда	не знаю
1	Хороший				
2	Добрый				
3	Умный				
4	Аккуратный				
5	Послушный				
6	Внимательный				
7	Вежливый				
8	Умелый (способный)				
9	Трудолюбивый				
10	Честный				

7) Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка. Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики

Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. В результате наблюдений и диагностики педагог подсчитывает средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении периода обучения.

Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка
Ф.И. ребенка _____ Год рождения _____ Параметры _____ Начало года _____ Середина года _____ Конец года _____
1. Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных

средств выразительности) _____
2. Эмоциональная сфера_____
3. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия) _____
4. Творческие проявления_____
5. Внимание_____
6. Память_____
7. Подвижность нервных процессов_____
8. Пластичность, гибкость_____
9. Координация движений_____

1) Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

2) Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Этот показатель оценивается по внешним проявлениям.

3) По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

4) Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные движения. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

5) Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно – это высокий уровень, оценка – 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания - оценка 0-1 балл.

6) Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2-0 баллов.

7) Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

8) Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

9) Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

2.4. Список литературы

а) для педагога:

1. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих / Н. А. Александрова, В. А. Голубева. – СПб.: Планета музыки, 2011. – 128 с.
2. Базарова, Н. П. Азбука классического танца: Первые три года обучения: Учебное пособие / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – СПб.: Лань, 2006. – 240 с.
3. Балет. Танец. Хореография: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Сост. Н. А. Александрова. – СПб.: Лань; Планета музыки, 2008. – 416 с.
4. Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – СПб.: Респект Люкс, 1996. – 256 с.
5. Богданов, Г. Ф. Магия хореографического творчества / Г. Ф. Богданов. – М.: Директ-Медиа, 2017. – 143 с.
6. Богданов, Г. Ф. Работа над композицией и драматургией хореографического произведения. Ч. 3.: Учебно-методическое пособие / Г. Ф. Богданов. – М., 2007. – 192 с.
7. Богданов, Г. Ф. Работа над содержанием хореографического произведения. Ч. 2: Учебно-методическое пособие / Г. Ф. Богданов. – Котельнич: ВЦХТ, 2006. – 144 с.

8. Борисова, М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет / М. М. Борисова. — М.: Мозаика-Синтез, 2014. – 48 с.

9. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет / А. И. Буренина. – СПб.: Аничков мост, 2015.– 196 с.

10. Железнова, Е. Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников / Е. Р. Железнова. – СПб.: Детство-Пресс, 2013. – 80 с.

11. Железнова, Е. Р. Развивающая гимнастика с предметами и подвижные игры для старших дошкольников (5-7 лет) / Е. Р. Железнова. – СПб.: Детство-Пресс, 2017. – 80 с.

12. Звездочкин, В. А. Классический танец / В. А. Звездочкин. – Ростов н/Д.: Планета музыки, 2011. – 400 с.

13. Каплунова, И. М. Праздник каждый день. Конспекты музыкальных занятий с аудиоприложениями (2 CD) / И. М. Каплунова, И. А. Новоскольцева. – СПб.: Композитор, 2007. – 236 с.

14. Карпов, Н. В. Уроки сценического движения / Н. В. Карпов. – М.: ГИТИС, 1999. – 184 с.

15. Костровицкая, В. 100 уроков классического танца, 3-е изд., испр. / В. Костровицкая. – М.: Лань, 2009. – 262 с.

16. Котельникова, Е. Г. Биомеханика хореографических упражнений / Е. Г. Котельникова. – М.: ВЦХТ, 2008. – 128 с.

17. Пензулаева, Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет / Л. И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2014. – 128 с.

18. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М.: Владос, 2003. – 256 с.

19. Уральская, В. И. Рождение танца / В. И. Уральская. – М.: Советская Россия, 1982. – 142 с.

20. Фирилева, Ж. Е. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. – СПб.: Детство-Пресс, 2016. – 352 с.

б) для детей:

1. Александрова, Н. А. Танцы. Мини-энциклопедия для детей. Рассказы о танцах разных народов и времен / Н. А. Александрова. – М.: BHV, 2018. – 2018 с.

2. Балет. Танец. Хореография: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Сост. Н. А. Александрова. – СПб.: Лань; Планета музыки, 2008. – 416 с.

3. Карп, П. Младшая муза / П. Карп. – М.: Детская литература, 2014. – 190 с.

в) для родителей:

1. Балет. Танец. Хореография: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Сост. Н. А. Александрова. – СПб.: Лань; Планета музыки, 2008. – 416 с.

2. Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – СПб.: Респект Люкс, 1996. – 256 с.

3. Богданов, Г. Ф. Магия хореографического творчества / Г. Ф. Богданов. – М.: Директ-Медиа, 2017. – 143 с.

4. Котельникова, Е. Г. Биомеханика хореографических упражнений / Е. Г. Котельникова. – М.: ВЦХТ, 2008. – 128 с.

5. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М.: Владос, 2003. – 256 с.

г) интернет-ресурсы:

1. TODES TV [Электронный ресурс] // TODES [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: https://todes.ru/tv/ (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

2. Уроки танцев для начинающих: бесплатные видео для занятий дома девушкам [Электронный ресурс] // Все курсы онлайн [Электронный

ресурс] : [сайт]. – URL: https://vse-kursy.com/read/279-uroki-tancev-onlain-dlya-nachinayuschih.html/ (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

3. Уроки шаффл [Электронный ресурс] // SHUFFLE [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: https://shuffledance.ru/uroki-shaffl/ (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

4. Танцы для детей [Электронный ресурс] // Dance DB [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: https://dancedb.ru/tancy-dlya-detej/ (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

5. DragonsDanceStudio [Электронный ресурс] // YouTube[ru] [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: https://www.youtube.com/user/DragonsDanceStudio/featured (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

6. Перечень элементов экзерсиса [Электронный ресурс] // YouTube[ru] [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: https://www.youtube.com/user/DragonsDanceStudio/featured (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

7. Травматизм в танце: возрастные особенности, профилактика, рекомендации [Электронный ресурс] // Все для хореографов [Электронный ресурс] : [сайт]. – URL: http://www.horeograf.com/publikacii/travmatizm-v-tance-vozrastnye-osobennosti-profilaktika-rekomendacii.html (дата обращения: 15.07.2019). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

Автор:

специалист по учебно-методической работе, канд. биол. наук

_____ Н. В. Полухина

Директор института довузовского образования,

канд. пед. наук, доцент

_____, Т. Г. Захарова

«_14_» _____08_____ 2019 г.