Департамент Смоленской области по образованию и науке

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
« Демидовский Дом детского творчества» Демидовского района
Смоленской области

Принята на заседании
педагогического совета
от « » _____ г.
Протокол №_____

Утверждаю:
Директор МБУ ДО
« Демидовский Дом детского творчества»
_____

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«*Современные ритмы*»

Возраст учащихся: 7-16лет.
Срок реализации: 3года.

Педагог дополнительного образования
Волкова Ирина Евгеньевна.

г. Демидов, 2019г.

Пояснительная записка

Человек, умеющий
танцевать,
и в комнату войдет красиво
и повернется ловко.
А. П. Чехов

Танец – это вид искусства, который помогает познавать мир, почувствовать движение жизни, пластически создавать картину окружающего мира. Ведь отражать свои чувства и переживания движением всегда было естественно для человека. С самого рождения человечество живет, танцуя. Сначала - у ритуальных костров и во время обрядов, затем скоморошествуя и веселя народ на площади во время праздников, позже в театрах и концертных залах. Шло время, менялись сценические площадки, и вот уже двадцать веков о любви, боли, печали и радости люди говорят языком танца, «возвышенным, ритмическим языком, в котором душа говорит душе движеньем тела».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные ритмы» разработана и составлена на основе типовой программы «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е. И. Мошкова (М.: Просвещение, 2003); Боголюбская М.С. Консультанты: Воронина И., Монякина О., Лихачева Л. Хореографический кружок // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.: «Просвещение», 1981. Программа ***«Современные ритмы»*** является результатом обобщения опыта работы, анализа деятельности и изучения учебной и методической литературы. Срок реализации 3 года, возрастной диапазон 7-16 лет.

Данная программа имеет ***художественно - эстетическую*** направленность. Именно в детском возрасте происходит формирование нравственности, из которой произрастают затем навыки духовной жизни

целого поколения. А занятия хореографией являются не только музыкально-танцевальным, но и эстетически нравственным средством воспитания ребенка.

В танце выражаются возвышенные, благородные состояния человеческой души на основе выразительности движений человеческого тела. Красота и грациозность поз в создании танцевального образа позволяют использовать хореографию как средство эстетического воспитания, т.е. чуткость и восприимчивость к прекрасному, хороший вкус, умение отличать высокохудожественное произведение от шаблонных «однодневок».

Чувства ребенка, пережитые в танцевальном номере, оставят след в его душе и станут нравственным качеством личности. Образы родной природы, культурные традиции своего народа воспитывают патриотическое сознание детей.

Актуальность.

В Концепции развития системы дополнительного образования детей до 2020г говорится о необходимости развития системы выявления и поддержки талантливых детей, создание условий для развития их творческого потенциала.

Занимаясь по программе «Современные ритмы» дети имеют возможность попробовать овладеть различными направлениями танцевальной культуры**.**

Новизна данной программы – это сочетание темы **«***Элементы современного танца*», в которую входит не только изучение современной пластики движений, постановки в современных ритмах, но и *танцевальной аэробики*, которая в настоящее время популярна своей простотой и доступностью. Детям нравится энергично двигаться под ритмичные популярные мелодии. Таким образом, дети, постепенно преодолевают трудности первых шагов на пути к вершине мастерства (от спортивно-танцевальных композиций до постановок в классическом или народно-характерном стиле).

В настоящее время, когда есть дети, ведущие неактивный образ жизни, не развитые физически и духовно, а хореография является одним из самых ***актуальных и гармоничных*** видов художественного творчества.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Классический* танец** развивает эстетическое чувство понимания ***прекрасного; гимнастические и аэробные упражнения развивают ***физические*** способности; ***народно-сценический*** танец помогает понять самобытность и красоту русского танца, ***развить патриотическое сознание.***

Цель программы - приобщение детей к искусству хореографии, развитие их хореографических способностей, художественного вкуса, потребностей и интересов**.**

Задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Обучающие:

- формировать навык постановки корпуса, рук и ног
- формировать знания отличительных особенностей разных видов хореографии
- формировать знания основ музыкально-ритмической грамотности

Развивающие:

- развить творческие способности
- развить физические качества и двигательные способности
- развить чувство ритма
- развить психофизические способности

Воспитательные:

- приобщить к активному и здоровому образу жизни
- помочь развить художественный вкус

-помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене,

Условия набора в объединение учащихся.

Набор свободный при отсутствии врачебных противопоказаний, при наличии медицинской справки, заявления от родителей.

Отличительной особенностью данной программы является то, что учащиеся имеют возможность ***овладеть разнообразным, многожанровым репертуаром,*** попробовать себя в разных стилях: от спортивно-ритмических композиций танцевальной аэробики до классических и народно-характерных постановок. Это повышает их интерес к танцевальному творчеству и расширяет диапазон их способностей, а так же кругозор знаний об истории культуры.

Уроки импровизации способствуют развитию творческих способностей детей, формированию неординарного мышления, раскрытию одаренности.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение, обеспечивающие возможность продолжения образовательного процесса в условиях карантина, доступности дополнительного образования для детей, имеющих временные ограничения возможности здоровья (находящиеся на госпитализации в медицинских учреждениях, санатории, дома и т.п.).

Учебный материал дается по десяти темам:

1.Вводное занятие.

2.Азбука музыкального движения.

3. Ритмика.

4.Элементы классического танца.

5.Элементы русского народно-сценического танца.

6.Элементы современного танца.

7.Танцевальная импровизация.

8.Гимнастика.

9.Постановочная и репетиционная работа.

10.Творческие занятия.

Программа разделена на отдельные тематические части, но границы их несколько сглаживаются, так как на одном занятии обучающиеся могут изучать элементы классического, народного или современного танца, выполнять задания на импровизацию или отрабатывать постановочные комбинации.

Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы развития коллектива, а также создание и поддержание репертуара.

Условия реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные ритмы» предназначена для детей с 7 до 16 лет и рассчитана на 3 года обучения. Первый год обучения стартовый, второй и третий базовый

1 год обучения – две группы численностью по 10-15человек.

2 год обучения – одна группа численностью 12 человек.

3 год обучения – две группы численностью по 8-10 человек.

При проведении занятий учитывается*:*

- Уровень знаний, умений и навыков обучающихся, их индивидуальные особенности;
- Самостоятельность ребенка;
- Особенности мышления.
- Познавательные интересы.

Режим занятий.

Продолжительность и численность занятий для детей определяется следующим образом:

- *Первый год обучения* (7 – 10 лет) –144часов – 2 раза в неделю по 2 академических часа .
- *Второй год обучения* (11– 13 лет) –144часов – 2 раза в неделю по 2 академических часа .

- *Третий год обучения* (14 – 16 лет) –216 часов – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Формы и виды занятий

Методика преподавания материала по программе «Современные ритмы» в танцевальном коллективе основывается на применении различных методов. Это обусловлено тем, что нет ни одного универсального метода решения разнообразных творческих задач.

Основные формы занятий: групповая, массовая, индивидуальная.

Учебный процесс проводится с использованием различных ***видов занятий***: тематические, комбинированные, репетиционные, игровые, концерты, конкурсы, мастер-классы, праздники, видеозанятия; общение педагога и обучающихся.

Типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия (теория + практика), контрольно-проверочные занятия.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

<u>В результате обучения дети знают:</u>

- последовательность выполнения разминочных упражнений
- правильную координацию рук, ног и головы при выполнении движений
- основы правильной постановки корпуса

<u>В результате обучения учащиеся умеют:</u>

- исполнять гимнастические упражнения
- ритмически грамотно двигаться под музыку
- исполнять разнообразный репертуар
- культурно вести себя на сцене и в обществе
- передавать характер исполняемого произведения
-использовать полученные знания, умения и навыки в повседневной жизнедеятельности.

Личностные – развитие социально и личностно значимых качеств, индивидуально-личностных позиций, ценностных ориентиров, межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности.

Метапредметные – результатом изучения программы является освоение учащимися универсальных способов деятельности, применимых как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях.

Предметные – формирование навыков работы в области хореографии, применения приемов и методов работы по программе, воспитание основ культуры труда, приобретение опыта творческой и проектной деятельности.

Формами диагностики результатов:

- ежедневные наблюдения на занятиях
- контрольные занятия
- конкурсы
- диагностика мотивов посещения
- диагностические карты результативности обучения
- анкетирование

Диагностическая карта является одной из форм оценки уровня подготовленности:

Входящий контроль (сентябрь) - проводится для определения подготовленности учащихся.

Промежуточный контроль (декабрь) – проводится для определения степени решения учащимися каждой конкретной учебной задачи.

Итоговый контроль (май) – проводится для установления степени соответствия усвоенной учащимися предопределенному конечной целью периода обучения.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- конкурсы

- концерты
- фестивали

Реализация данной программы дает значительный положительный результат. Образовательный процесс поставлен таким образом, что все дети, обучающиеся в коллективе, выступают на праздничных концертах, успешно принимают участие в фестивалях и конкурсах.

Возможность продолжения обучения.

После окончания обучения по данной программе, дети имеют возможность продолжить заниматься в коллективе, участвовать в постановке концертных номеров, проводить разминки с малышами, выступать с сольными номерами.

Учебный план на три года обучения

Направление образовательной программы	Кол-во лет обучения	Кол-во часов по годам			Кол-во общих часов
		I	II	III	
1. Азбука музыкального движения (+ вводное занятие)	*3*	*12*	*16*	*28*	*58*
2. Ритмика	*3*	*16*	*18*	*26*	*62*
3.Элементы классического танца	*3*	*16*	*18*	*26*	*60*
4. Элементы народно-сценического танца	*3*	*18*	*18*	*26*	*62*
5. Элементы современного танца	*3*	*16*	*14*	*20*	*46*
6.Танцевальная импровизация. Актерское мастерство.	*3*	*14*	*16*	*24*	*52*
7.Гимнастика. Акробатика.	*3*	*16*	*18*	*26*	*62*
8. Постановочная и репетиционная работа	*3*	*18*	*18*	*26*	*62*
9.Творческие занятия.	*3*	*18*	*8*	*14*	*40*

Итого:		***144***	***144***	***216***	***504***

1 год обучения

Цель: приобщение учащихся к активным занятиям хореографией.

Задачи:

Обучающие:

- формировать начальные знания, умения и навыки в исполнении движений
- способствовать овладению приемами правильного исполнения танцевальных движений в различных направлениях
- формировать навык постановки корпуса

Развивающие:

- развивать двигательные и физические способности:
- развивать музыкальный ритм
- развивать координацию движений
- развивать гибкость

Воспитательные:

- приобщить к активному и здоровому образу жизни
- воспитывать дружеское отношение друг к другу
- помочь приобрести уверенность в себе

Ожидаемые результаты:

К концу первого года обучения учащиеся знают:

- ритмическую основу музыки
- правила постановки корпуса
- названия танцевальных элементов

Учащиеся умеют:

- ритмично двигаться под музыку и соблюдать координацию движений
- исполнять одну – две постановки из репертуара коллектива.

Учебный план 1-го года обучения

№	Темы и разделы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	*Вводное занятие.*	2	1	1	Наблюдение
2.	*Азбука музыкальных движений.*	12	2	10	Контрольный урок, диагностика
3	*Ритмика*	18	5	13	Контрольное занятие
4.	*Элементы классического танца.*	16	5	11	Контрольное занятие
5.	*Элементы народно-сценического танца.*	18	6	12	Контрольное занятие
6.	*Элементы современного танца.*	14	4	10	Контрольное занятие
7.	*Танцевальная импровизация.*	12	2	10	Контрольное занятие, просмотр детских работ
8.	*Гимнастика.*	18	6	12	Контрольное занятие, тестирование на гибкость, координацию движений.
9.	*Постановочная и репетиционная работа*	18	5	13	Конкурсы, концерт, фестиваль
10.	*Творческие занятия.*	16	**3**	13	Отчетный концерт, награждение
Итого:		**144**	**39**	**105**	

Содержание 1-го года обучения.

Тема № 1. « Вводное занятие»

Теория: беседа об истории танцевального искусства. Значение двигательной культуры в жизни человека. Основы техники безопасности при выполнении упражнений. Форма, обувь и прическа. Правила поведения до и после занятия.

Тема № 2. « Азбука музыкальных движений»

Теория: Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4, 3\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли. Дирижирование.

Практика: Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево.

Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка.

Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп.

Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки по6-ой поз. по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами.

Тема№3. Ритмика.

Теория: На занятиях «Ритмика» учащиеся слушают классические мелодии, современную музыку, изотерические мелодии, музыку для души, анализируют, разбирают музыкальные произведения.

Практика : ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточной музыкальное развитие детей обычно является основным

тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Тема № 4. Элементы классического танца.

Теория: Основы постановка корпуса. Что такое выворотность. Позиции рук и ног в классическом танце. Точки зала. Работающая и опорная нога.

Практика: Постановка корпуса на середине зала у зеркала. Позиции ног –1, 2, 3,6. Постановка рук - подготовительная, 1, 2, 3, позиции. Повороты и наклоны головы. Батман тандю (упражнения для стопы) по 1и 3 позиции в сторону, вперед, в конце года назад. Деми плие и гранд плие по 1, 2, 3 позиции. Релеве на полупальцах по 1 и 3 поз. Круазе(закрытая позиция), эффасе(открытая позиция).

Тема № 5. Элементы народно – сценического танца.

Теория. Особенности русских народных движений. Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

Практика. Русский народно-сценический танец.

Поклон в русском характере.

Положения рук. Раскрывание и закрывание рук на талию, в кулачках. Полочка.

Подготовительное положение рук, кисти загнуты вверх и др.

Шаги: Переменный шаг с раскрыванием и закрыванием рук, переменный шаг с вынесением ноги на пятку, скользящий шаг, с ударом.

Удары стопами в полуприседе, притоп, шаг с притопом, притоп с подскоком. Танцевальные движения: «Гармошка». Припадание на месте, с продвижением в сторону по 6-ой, 3-ей поз. « Ковырялочка». «Моталочка». «Молоточки». Вращения на подскоках, 1/ 4 круга на двух подскоках. Соскоки по 6-ой поз. Комбинации.

Рисунки танца. Переходы в парах, линиях, по кругу: « прочес», «змейка», «улитка», « восьмерка», «воротца».

Тема № 6. Элементы современного танца.

Теория: Особенности исполнения движений современного танца. Основы ритмических движений. Базовые движения классической аэробики.

Практика: упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп.

Основные базовые шаги аэробики:

- приставной шаг(step touch)
- два приставных шага в сторону(step line)

Комбинации и связки. Танцевально – спортивные композиции.

Виды движений для развития подвижности позвоночника:

- наклоны торса с прямой спиной вперед, назад, в стороны
- изгибы торса
- волна

Тема № 7. Танцевальные импровизации.(Актерское мастерство).

Теория: Прослушивание музыки. Беседы о танцевальном образе.

Практика: Этюд « Цирк». Образы цирковой лошадки, клоуна, жонглера, канатоходца, дрессированных собачек. Использование бега, подскоков, прыжки-разножки. Массовые и сольные этюды.

Этюд « Осень» - образы деревьев, падающих листьев. Пластика движения рук. Движения: повороты, вращение, опускание, вставание, наклоны корпуса.

Выразительная пластика движений: добрый котенок, злая кошка, усталая лошадка, крадущийся шаг. Образы любимых героев. Спортсмены.

Этюды: «Бабочка», «Дождик», «Дерево», «Цветок», «Заколдованная страна».

Музыкальные игры: «Запретное движение», «Зеркало», «Светофор».

Сочинение комбинаций по заданию из аэробных и ритмических движений.

Тема №8. Гимнастика.

Теория: Понятие о гибкости, правила выполнения упражнений.

Практика: « Складочка», «лягушка», «березка», «корзиночка», полушпагат, «кошечка», « лодочка». Упражнения для стоп. Наклоны. Махи. «Горка». «Мельница». Приседания до пола ноги скрестно. Отскоки назад из положения, сидя в положение лежа. Ходьба с прямыми ногами, ладони на полу.

Упражнения на развитие выворотности в тазобедренном суставе, для укрепления мышц пресса, на растяжку, для укрепления мышц спины.

Скакалка. Комбинации на скакалке.

Игры на развитие ловкости, быстроты реакции, координацию движений:

Игры на координацию:

- «С отставанием на один счет»
- «Пила и молоток»
- «Веселое задание»
- «Похлопать по затылку и погладить живот»
- «Да - нет»

Игры на внимание:

- «Класс»
- «Делай наоборот»
- «Обманные движения»
- «Запрещенное движение»

Тема №9. Постановочная работа.

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика: Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка.

Примерный репертуар: « Праздничная полька», «Цветик семицветик», «Веснушки», « Веселый танец с пушистиками».

Тема№10.Творческие занятия (приложение №1.)

Календарный учебный график

Первый год обучения (группа №)

№ п/п	*месяц*	*Число и время проведения*	*Тема занятия*	*Форма занятия*	*Количество часов*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	*сентябрь*	*5.09.2019 13.00. гр.№*	*Вводные занятия. Правила техники безопасности*	*занятие*	*2часа*	*ДДТ*	*наблюдение*
2.	*сентябрь*	*9.09.2019-26.09.2019г.*	*Азбука музыкальных движений*	*занятие*	*12часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
3.	*октябрь*	*3.10.2019-31.10.2019*	*Ритмика*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
4.	*ноябрь*	*4.11.2019-29.11.2019*	*Элементы классического танца*	*занятие*	*16часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
5.	*декабрь*	*2.12.2019-30.12.2019г*	*Элементы народно-сценического танца.*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
6.	*январь*	*13.01.2020-30.01.2020г*	*Детский эстрадный танец*	*занятие*	*12часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
7.	*февраль*	*3.02.2020-16.02.2020г*	*Актерское мастерство Танцевальная импровизация*	*занятие*	*16часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
8.	*март*	*2.03 .2020-*	*Акробатика. Гимнастика.*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*наблюдение*

9.	*апрель*	*30.03.2020г* *2.04.2020-* *30.04.2020г*	*Репертуарная практика.* *Постановка танца.*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*Наблюдение;* *мини-концерт.*
10.	*май*	*7.05.2020-* *28.05.2020г*	*Концертная практика.* *Творческие занятия.*	*Занятие-* *концерт*	*14часов*	*ДДТ*	*Наблюдение*
			Всего часов		***144***	*-*	

2 год обучения.

Цель – создание условий для формирования стойкого интереса к хореографическому творчеству и дальнейшее развитие способностей.

Задачи:

- формировать умения и навыки исполнения движений танцевального репертуара
- закрепить знания об особенностях постановки корпуса, рук, ног, головы при
- выполнении движений
- формировать умение видеть и исправлять свои и чужие ошибки.

Развивающие:

- развивать музыкально- ритмические способности
- развивать быструю и точную координацию
- развивать выворотность и гибкость
- развивать творческие способности.

Воспитательные:

- воспитать дружеское отношение друг к другу

- воспитать культуру поведения на сцене и за кулисами
- воспитать чувство самоконтроля и самообладания

Ожидаемые результаты:

Учащиеся знают:

- методику выполнения элементов классического экзерсиса
- гимнастические упражнения для развития различных групп мышц
- правила выполнения поворотов

умеют:

- выполнять элементы классического и народного танца,
- эмоционально выступать на сцене
- выполнять аэробные упражнения и комбинации
- исполнять постановки из репертуара коллектива

Учебный план 2-го года обучения.

№	Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1.	*Вводное занятие*	2	1	1	Наблюдение
2.	*Азбука музыкальных движений*	16	5	11	Контрольный урок, диагностика
3.	*Ритмика.*	18	5	13	Контрольное занятие
4	*Элементы классического танца*	16	5	11	Контрольное занятие
5.	*Элементы народно-сценического танца*	18	5	13	Контрольное занятие
6.	*Элементы современного танца*	14	3	11	Контрольное занятие
7.	*Танцевальная импровизация*	16	4	12	Контрольное занятие, просмотр детских работ

8.	*Гимнастика*	18	5	13	Контрольное занятие, тестирование на гибкость, координацию движений.
9.	*Постановочная и репетиционная работа*	18	4	14	Конкурсы, концерт, фестиваль
10.	*Творческие занятия*	8		8	Отчетный концерт, награждение
	Итого:	**144**	**37**	**107**	

Содержание 2-го года обучения.

Тема № 1. « Введение»

Теория : беседы о поведении на занятиях, о технике безопасности при выполнении упражнений; о правильном питании и режиме дня, ознакомление с постановочным планом на год.

Тема № 2. Азбука музыкального движения.

Такт и затакт. Музыкальная фраза. Рисунок танца. Основные линии танца. Музыкальный темп. Логика составления комбинаций и перестроений в танце.

Практика: Повтор материала 1 года обучения, но движения выполняются в более сложных комбинациях и быстром темпе, в разных ритмических рисунках. Комбинации на координацию. Различные виды шагов, бега.

Рисунки танца. Перестроения. Ритмичные шаги с хлопками на сильную или слабую долю.

Прыжки с продвижением с двух ног по 6-ой позиции на одну и в комбинации с бегом.

Музыкальные игры: «Вопрос- ответ», «Бесконечный галоп».

Игры на развитие музыкального ритма «У - ха-ха»..

Тема № 3. Ритмика

Теория : понятие характера музыки: веселая, спокойная, энергичная, торжественная;

- понятие динамических оттенков музыки: тихо, умеренно, громко.

Практика:

- хлопки и шаги в ритм разнохарактерной музыки;
- положение головы, рук, корпуса и ног;
- повороты, прыжки, галоп в различных жанрах;
- партерная гимнастика.

Тема № 4. Элементы классического танца.

Теория: повторение изученного материала за первый год. Положение головы во время поворота. Уровень подъема ног, положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги. Подготовительные движения руками (препарасьон). Закрывание и открывание рук; координация рук, ног, головы; прыжки с двух ног на две.

Практика. Постановка корпуса. Позиции ног 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук 1, 2, 3. Деми плие в 1, 2, 3, 5, позиции. Музыкальный размер 3\4. Батман тандю с деми плие – 1 позиции, потом с 5 (раздельно, слитно. Размер 2\4).

Батман тандю с 5 позиции в сторону, вперед, назад.

Перегибы корпуса назад, ноги в 1 позиции, размер 3\4 по два такта на движение, наклоны вперед.

Прыжки, мелкий бег на носках по 1\16, вращения, повороты по 6 – ой позиции на 1\4, 1\2 круга.

Тема № 5. Элементы народно – сценического танца.

Теория: Положения и движения рук в русском народном танце. Правила исполнения русских народных движений.

Практика Повторение изученного за 1-ый год обучения. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения через первую во вторую и закрывание на талию.

Упражнения для стопы по 6-ой и 3-ей поз. : сокращение и вытягивание подъема, переступания на плие.

Повторение и закрепление элементов русского народного танца. Положение рук в паре во время выполнения рисунков танца: « звездочка», круг.

Танцевальные ходы:

- «девичий шаг» на полупальцах
- переменный шаг вперед и назад, с раскрыванием и закрыванием рук
- кадрильный шаг с каблука
- шаг с соскоком в повороте
- комбинации ходов.
- боковые приставные ходы: простой, с полуприседанием, с ударом, с выносом на каблук

Танцевальные движения:

- «Моталочка»: продольная, накрест, поперечная.
- «Гармошка» в сторону и вокруг себя.
- «Припадание на месте, с продвижением, накрест, в повороте, с координацией рук и в паре.
- «Ковырялочка» с подскоком, в повороте и с разворотом корпуса, в комбинации с «моталочкой»
- «Подбивка».
- Подготовка к «веревочке».
- « Веревочка» - простая и с переступанием и с выносом на каблук.
- подготовка к «ключу»
- танцевальные комбинации, переходы и рисунки.

Тема № 6. Элементы современного танца.

Теория: особенности исполнения спортивных танцев. Классическая аэробика. Базовые шаги.

Практика:

Элементы аэробики:

- «V»- степ вперед, назад, с прыжком, в повороте
- мамба
- Открытый шаг
- шаги по диагонали
- повороты вокруг себя вправо, влево

- твист

Элементы танца «Рок - н - ролл»:

- «шаг с опусканием пятки»
- прыжок «козлик»
- прыжок с поджатыми ногами
- прыжок «разножка»
- шаг с броском
- шаг « джайв»
- шаги накрест с выпадом и хлопком

Тема № 7. Танцевальная импровизация

Теория: Прослушивание музыки. Беседа о танцевальном образе.

Практика: Игры:

- «Море волнуется…»
- «Запомни движение»
- «Строгий фотограф»
- «На балу» (Танец придворных дам). Импровизация из движений классического танца.
- «Эхо»
- «Запретное движение».

Сочинение сольных и групповых композиций на основе русских народных движений.

Тема № 8. Гимнастика.

Теория: Повторение гимнастических упражнений, изученных за 1-ый год обучения. Правила исполнения гимнастических упражнений стоя и лежа.

Практика: Выполнение упражнений на исправление осанки, укрепление мышц спины, развитие выворотности в суставе и растяжки мышц.

Партерный станок.

Лежа на спине:

- упражнения для стопы

- скольжение ногой по ноге и раскрывание на пассе

- поднимание ног вперед, в сторону

- махи вперед и в сторону

- «ножницы»

Лежа на животе:

- «лягушка»

- скольжение ногой по ноге и раскрывание в пассе на 90 градусов

- поднимание ноги назад и в сторону

- махи ногой назад и в сторону

- прогибы корпуса назад

Упражнения со скакалкой:

- прыжки на одной и двух ногах, с поджатыми ногами

- комбинации прыжков

- перескоки на беге с подниманием бедра

- перескоки на подскоках

- перескоки на галопе

- прыжки, сидя на корточках

Упражнения на равновесие:

- «Вращение головой»

-«После поворотов - остановка»

- «Прыжки с поворотом на 180, 360 градусов».

- «Трудные наклоны»

- «Разные ласточки»

Тема № 9. Постановочная и репетиционная работа.

Теория: беседы об особенностях и отличиях при исполнении классических, народных и спортивных танцевальных номеров. Поведение на сцене: выход и уход. Эмоциональность исполнения и передача образа.

Практика: Постановочная работа, отработка комбинаций и ориентации в пространстве.

Примерный репертуар: «Новый год -полька», «Робот Бронислав», «Детство», «Ладушки», «Байла-байла», «Далеко от мамы» и др.

Тема№10. Творческие занятия. (приложение №1).

Календарный учебный график

Второй год обучения (группа №)

№ п/п	*месяц*	*Число и время проведения*	*Тема занятия*	*Форма занятия*	*Количество часов*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	*сентябрь*	*5.09.2019 16.00. гр.№*	*Вводные занятия. Правила техники безопасности*	*занятие*	*2часа*	*ДДТ*	*наблюдение*
2.	*сентябрь*	*10.09.2019-26.09.2019г.*	*Азбука музыкальных движений*	*занятие*	*12часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
3.	*октябрь*	*3.10.2019-31.10.2019г*	*Ритмика*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
4.	*ноябрь*	*5.11.2019-28.11.2019*	*Элементы классического танца*	*занятие*	*16часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
5.	*декабрь*	*3.12.2019-26.12.2019г*	*Элементы народно-сценического танца.*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
6.	*январь*	*9.01.2020-30.01.2020г*	*Детский эстрадный танец*	*занятие*	*14часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
7.	*февраль*	*4.02.2020-27.02.2020г*	*Актерское мастерство Танцевальная импровизация*	*занятие*	*16часов*	*ДДТ*	*наблюдение*

8.	*март*	*5.03 .2020-31.03.2020г*	*Акробатика. Гимнастика.*	*занятие*	*16часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
9.	*апрель*	*2.04.2020-30.04.2020г*	*Репертуарная практика. Постановка танца.*	*занятие*	*18часов*	*ДДТ*	*Наблюдение; мини-концерт.*
10.	*май*	*7.05.2020-30.05.2020г*	*Концертная практика. Творческие занятия.*	*Занятие-концерт*	*14часов*	*ДДТ*	*концерт*
			Всего часов		***144***	*-*	

3 год обучения.

Цель: расширение знаний и представлений о разных направлениях танцевального искусства, дальнейшее развитие хореографических способностей.

Задачи:

- формировать умение правильного показа и объяснения исполнения танцевальных движений
- формировать навык выворотного исполнения движений в народно-сценическом и классическом танце
- формировать знания терминов классического танца

Развивающие:

- развивать различные группы мышц и выворотность
- совершенствовать танцевальное мастерство и технику исполнения

Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности, дружеского отношения и взаимовыручки
- воспитывать чувство взаимопомощи в коллективе

- оказание помощи детям младшего возраста во время репетиций и выступлений

Ожидаемые результаты:

К концу 3-его года обучения учащие **знают**:

- правила грамотного выполнения элементов и движений классического экзерсиса
- термины основных движений классического, русского народно-сценического и спортивного танца
- основы музыкальной грамоты

Умеют:

- передавать танцевальный образ в танце
- координировать свои движения в соответствии с музыкальным темпом
- сочинять небольшие танцевальные комбинации
- умеют самостоятельно выполнять разминочные и гимнастические упражнения
- исполнять несколько танцев из репертуара коллектива.

Учебный план 3-го года обучения

№	Темы и разделы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	*Вводное занятие*	2	1	1	Наблюдение
2.	*Азбука музыкальных движений*	22	2	20	Контрольный урок, диагностика
3.	*Ритмика*	24	4	20	Контрольное занятие
4.	*Элементы классического танца*	26	6	20	Контрольное занятие
5.	*Элементы народно-сценического танца*	26	6	20	Контрольное занятие
6.	*Элементы современного танца*	20	5	15	Контрольное занятие

7.	*Танцевальная импровизация.*	24	4	20	Контрольное занятие, просмотр детских работ
8.	*Гимнастика*	24	4	20	Контрольное занятие, тестирование на гибкость, координацию движений.
9.	*Постановочная и репетиционная работа*	26	6	20	Конкурсы, концерт, фестиваль
10.	*Творческие занятия*	22	2	20	Отчетный концерт, награждение
	Итого:	**216**	**40**	**176**	

Содержание 3-го года обучения.

Тема№1: « Вводное занятие»

Теория. Беседы о здоровом образе жизни. Профилактика травматизма. Гигиена, режим дня. Рационально питание. Взаимоотношения в коллективе. Беседа о правилах поведения в поездках, в транспорте, при переходе через дорогу.

Тема № 2. Азбука музыкального движения.

Теория: Прослушивание музыкальных произведений. Разные виды ритмических рисунков. Комбинации из хлопков и притопов. Музыкальные темпы. Аллегро. Адажио. Тактовые и затактовые вступления в танец.

Практика: Повторение движений, изученных в 1-ом и 2-ом году обучения. Упражнения на развитие музыкального ритма. Комбинации на сложную координацию движений. Повторение разогревающих и общеразвивающих упражнений и движений на шагах, беге, прыжках.

Прыжки по 6-ой позиции в повороте на 90, 180, 360 градусов. Сохранение равновесия с открытыми и закрытыми глазами.

Тема № 3. Ритмика.

Теория:

- понятие характера музыки: веселая, спокойная, энергичная, торжественная;

- понятие динамических оттенков музыки: тихо, умеренно, громко.

Практика:

- хлопки и шаги в ритм разнохарактерной музыки;
- положение головы, рук, корпуса и ног;
- повороты, прыжки, галоп в различных жанрах;
- партерная гимнастика.

Тема № 4. Элементы классического танца.

Теория : Повторение основных правил исполнения элементов классического танца. Понятие о поворотах в танце. Законы и эстетика в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы. Музыкальный размер3/4. Выразительность рук. Вальс.

Практика:

Деми и гранд плие по1,2,3 и 5 поз.

Батман тандю с 5 –ой позиции во всех направлениях музыкальный размер 3\4.

Релеве лян с 5 –ой позиции во всех направлениях.

Сохранение равновесия в стойке на одной ноге, другая – в положении пассе у колена.

Позы классического танца.

Музыкальный размер 3\4. Вальсовый шаг, вальсовый шаг в повороте.

Тема № 5. Элементы народно – сценического танца.

Теория: Основные технические навыки открытые и закрытые позиции ног. Дробные движения русского танца. Настроение и характер танца. Хороводы, кадрили, переплясы. Стилизация танца. Правила поворотов и вращений.

Практика: Положения рук на поясе. Переводы рук в различные положения, работа с платками.

Ходы:

- шаги назад и вперед по диагонали
- переменный шаг с каблука
- шаг с продвижением на припадание(«лошадки»)

- боковые ходы

Танцевальные движения:

- Притопы.

-« Веревочка» - простая и с переступанием.

- «ковырялочка»

- припадание в повороте вправо и влево

- припадание в парах с поворотом

- комбинации

Тема № 6. Элементы современного танца.

Теория: Отличительные особенности стилей « Латина», «Рок-н-ролл», «Макарэна». «Подружка»- спортивно-танцевальная композиция.

Практика: Твист, шаги « мамба», «ча-ча-ча», выпады, кик,

прыжок- разножка по 6-ой поз, прыжки с поджатыми ногами в повороте, шаги накрест, шаги с броском, шаги с переносом тяжести тела, припадание накрест в повороте и др.

Упражнения на развитие пластики: «волны» корпусом горизонтальные, вертикальные.

Движения из модерн - джаз танца:

- контракшн (сжатие)

- релиз (расширение)

- свинг (раскачивание любой частью тела)

- тилт (угол, поза)

- фраст (рывок)

- изоляция (движения отдельными частями тела в различных направлениях: крест, квадрат, круг, полукруг).

- координация изолированных центров

- координация нескольких центров одновременно.

Тема № 7. Танцевальная импровизация.

Теория : прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Сочинение этюдов по заданию: « Дождь», «Настроение», «Осень», «Зима», «Весна», «Лето» и др.

Массовые и сольные комбинации в разных танцевальных стилях.

Самостоятельные сочинения комбинаций классического экзерсиса.

Тема № 8. Гимнастика

Теория: Разогрев мышц. Элементы акробатики.

Практика: Повторение изученных движений в более быстром темпе и усложненном варианте.

Упражнения в парах:

- «Приподними партнера»
- «Соревнование тачек»
- «Кто сильнее?»
- «Бой петухов»
- «Ползуны»
- «Будь внимательным»

Упражнения с набивными мячами и со скакалками. Упражнения, лежа и сидя на различные группы мышц. Растяжки. Махи. Броски. Перевороты. Кувырки вперед, назад и боковые. Стойка на руках. Эстафеты.

Тема №9. Постановочная и репетиционная работа.

Теория: Постановка репертуарных танцев коллектива. Работа с атрибутами танца: шарфы, шали, цветы, снежки, ложки.

Практика: отработка и разводка номеров: «В друг как в сказке», « Вальс с цветами», « Морской», «Как родная меня мать провожала», «Цыганский», « Калинка», «Эстрадный танец», «Зимние забавы», «Микс-девчонки» и др.

Тема№10. Творческие занятия. (приложение № 1)

Календарный учебный график

Третий год обучения (группа №)

№ п/п	*месяц*	*Число и время проведения*	*Тема занятия*	*Форма занятия*	*Количество часов*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1.	*сентябрь*	*6..09.2019 15.30. гр.№*	*Вводные занятия. Правила техники безопасности*	*занятие*	*2часа*	*ДДТ*	*наблюдение*
2.	*сентябрь*	*9.09.2019-30.09.2019г.*	*Азбука музыкальных движений*	*занятие*	*20часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
3.	*октябрь*	*2.10.2019-28.10.2019*	*Ритмика*	*занятие*	*24 часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
4.	*ноябрь*	*1.11.2019-29.11.2019*	*Элементы классического танца*	*занятие*	*26 часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
5.	*декабрь*	*2.12.2019-30.12.2019г*	*Элементы народно-сценического танца.*	*занятие*	*26 часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
6.	*январь*	*8.01.2020-31.01.2020г*	*Детский эстрадный танец*	*занятие*	*22 часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
7.	*февраль*	*3.02.2020-28.02.2020г*	*Актерское мастерство Танцевальная импровизация*	*занятие*	*24 часа*	*ДДТ*	*наблюдение*
8.	*март*	*2.03 .2020-30.03.2020г*	*Акробатика. Гимнастика.*	*занятие*	*26 часов*	*ДДТ*	*наблюдение*
9.	*апрель*	*1.04.2020-29.04.2020г*	*Репертуарная практика. Постановка танца.*	*занятие*	*26 часов*	*ДДТ*	*Наблюдение; мини-концерт.*

10.	*май*	*8.05.2017-29.05.2017г*	*Концертная практика.* *Творческие занятия.*	*Занятие-концерт*	*20 час*	*ДДТ*	*концерт*
			Всего часов		***216***	*-*	

Методическое обеспечение

Методы, принципы и приемы обучения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современные ритмы».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа танцевального коллектива «Данс» предусматривает использование следующих методов обучения:

- словесные - объяснение исполнения движений (положения корпуса, ног, рук, головы) беседа, анализ деятельности.
- наглядные – показ педагогом правильных исполнений движений; просмотр видеоматериалов, наблюдение.
- практические - тренировочные упражнения.

Для лучшего усвоения материала и развития творческих способностей детей на занятиях используются игровые моменты.

Для закрепления умений и формирования навыков на занятиях, изложение материала проводится по следующей схеме: повторение ранее изученного, объяснение и показ нового материала, упражнения на закрепление, проверка, подведение итогов.

Обучаясь по данной программе, дети приобщаются к хореографическому творчеству; реализуется их творческий потенциал, укрепляется психическое и физическое здоровье. К тому же дети заняты творчеством, а небесцельным времяпровождением, что является профилактикой асоциального поведения. Учащиеся знакомятся с историей

развития танца, с его различными направлениями, посещают спектакли и музеи, участвуют в концертах, конкурсах, фестивалях, просматривают и обсуждают фото и видео – материалы, что позволяет им сформировать адекватную самооценку своих способностей и умение определить область задач работы над собой.

Для эффективности реализации программы обучение детей строится на основных принципах дидактики:

- активности
- наглядности
- доступности
- систематичности
- последовательности
- прочности усвоения знаний.

Приемы обучения:

- « от простого к сложному» в процессе изучения танцевальных элементов
- активизация внимания, памяти, мышления в игровых ситуациях
- формирование контроля и самоконтроля в самостоятельной работе
- активизация переживаний, эмоций
- формирование творческих способностей в импровизациях.

Формы организации деятельности:

- групповые занятия
- индивидуальное занятие – не является обязательным, но периодически необходимо для разучивания и совершенствования исполнения сольной части в постановке танца или дополнительного занятия с отстающим ребенком
- сводные репетиции – требуют объединения работы с несколькими группами в рамках одного занятия в связи с их участием в смешанной постановке танца.

Типы занятий: теоретические, практические, комбинированные

На групповых и фронтальных занятиях:

-изучается методика (последовательность изучения и овладения правильным исполнением движения)

- осуществляется тренинг, постановка и отработка номеров
- прослушивается музыкальное произведение

-совместно просматривается видеоматериал и ведется обсуждение

- выполняются задания на импровизацию

- участие в играх

Формы проведения занятий:

- беседа
- игра
- соревнования
- тренинг
- импровизация
- постановка
- экскурсии (виртуальные)
-фестивали
-обучающие (освоение отдельных элементов и соединений).

тренировочные (подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня спортивного мастерства).

Контрольные (подведение итогов освоения очередного раздела хореографической подготовки).

-Разминочные (разогрев организма и снятие излишней психологической напряженности (возбуждения или, наоборот, заторможенности)

-Показательные(зрелищность, которая будет определяться оригинальностью подобранных упражнений, сменой темпа, характера движений)

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с воспитанником по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру

№	Тема	Форма занятия	Методы	Инструменты, материалы, оборудование	Дидактический материал и ТСО	Форма итогового занятия
1.	***Азбука музыкального движения***	Тренинг, репетиция, игровые занятия	Словесные Наглядные	Магнитофон СД, скакалки	Музыкальное сопровождение	Контрольный урок, диагностика
2.	***Ритмика***	Тренинг, игры	Практический игровой	Магнитофон, диски	СД - диски	Контрольное занятие
3.	***Элементы классического танца***	Тренинг, репетиция, выступление, просмотр видеофильма и его анализ	Словесные Практические упражнения	Видеоаппаратура	Раздаточный материал, методическая литература, видеофильм	Контрольное занятие
4.	***Элементы народно-сценического танца***	Тренинг, репетиция, выступление, объяснение, подвижные игры, просмотр видеофильма	Словесные Практические. наглядные	Видеоаппаратура	Видеофильмы, специальная литература	Контрольное занятие,
5.	***Элементы современного танца***	Тренинг, репетиция	Наглядный Словесный практический	Телевидеоапаратура Магнитофон, диски	видеофильм	Контрольное занятие
6.	***Танцевальная импровизация***	Самостоятельная работа, репетиция, игра, импровизация	Наглядный Словесный Практический	Магнитофон, диски	Музыкальные произведения	Контрольное занятие, просмотр детских работ
7.	***Гимнастика***	Тренинг, игры	Практический игровой	Коврики, скакалки мячи	СД - диски	Контрольное занятие, тестирование на гибкость, координацию движений.
8.	***Постановочная и репетиционная работа***	репетиция, постанова танца,	Практические, словесные	Костюмы обувь	СД- диски, элементы костюмов	Конкурсы, концерт, фестиваль
9.	***Творческие занятия***	Чаепитие, праздник, беседа, игра, посещение музеев	Наглядные, словесны	Костюмы, реквизит	Сценарии, викторины	Отчетный концерт, награждение

Формы контроля. Оценочные материалы

Результаты работы будут выявляться в ходе аттестации обучающихся.

Наименование контроля	Сроки	Форма контроля
Входной контроль	Сентябрь, январь, по модулям	➢ Наблюдение; ➢ диагностический комплекс; ➢ тесты.
Текущий контроль	Октябрь-апрель	➢ Наблюдение; ➢ блиц-опрос; ➢ отчетный концерт.
Промежуточная аттестация	Декабрь, апрель, по модулям	➢ Мониторинг творческих способностей; ➢ блиц-опрос; ➢ участие в концертной деятельности.
Итоговая аттестация	Май	➢ Мониторинг творческих способностей; ➢ отчетный концерт.

Входной контроль при наборе на обучение по программе «Современные ритмы».

1.Определение внешних сценических данных

Цель: определить хореографические данные, такие как выворотность ног, подъем стопы, гибкость тела, прыжок.

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

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

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

Прыжок – способность высокого отталкивания, баллон, который зависит от подвижности суставов нижних конечностей, а также от функциональных

возможностей мышц ног. Мягкость приземления характеризует эластичность трехглавой мышцы голени и пяточного сухожилия, а также плотно прижатые пятки к полу при низком приседании.

Отсутствие каких-либо хореографических сценических признаков не является основанием для отказа в приеме в коллектив. Следует учитывать еще и музыкальные и танцевальные возможности ребенка.

2.Музыкальные, ритмические, танцевальные способности

Цель: выявить у детей и подростков эмоциональность, темперамент и индивидуальные способности.

Предлагаются простые способы выявления этих данных: маршировка под музыку, ритм и темп которой время от времени меняется, импровизация танца или ритмического рисунка под музыку. Определение этих способностей имеет значение для артистизма и танцевальности будущих исполнителей.

В детский хореографический коллектив принимаются все желающие. Но контроль нужен для определения хореографических возможностей и способностей детей.

План тестирования хореографических способностей детей

Критерии отбора	Проверка действий	Показатели	Пояснения и рекомендации
		1. Хореографические данные	
1.1.Подъем стопы	Вытягивание и сокращение стопы, круговые движения стопой	**Низкий уровень:** стопа не развита **Средний уровень:** выполняет движения, но испытывает затруднения **Высокий уровень:** движения выполняет свободно, без усилий	Неразвитая стопа будет сковывать амплитуду прыжка и других движений. Для развития гибкости ступни необходимо выполнять специальные упражнения
1.2.Выворотность в стопе	Выполнить 1,4,5 позиции ног, battementtendu	**Низкий уровень:** не может поставить ноги в заданные позиции **Средний уровень:** выполняет задания, но испытывает затруднения **Высокий уровень:** задания выполняет свободно, без усилий	Отсутствие выворотности, неподвижность голеностопного сустава может привести к травме. При выполнении позиций все пальцы должны плотно прилегать к полу

1.3.Выворотность в колене	Выполнить demi plie Grand plie, retere	**Низкий уровень:** не может выполнить заданные упражнения **Средний уровень:** выполняет задания, но испытывает затруднения **Высокий уровень:** задания выполняет свободно, без усилий	Невыворотность колена при исполнении прыжков ведет к травме. Развивается специальными упражнениями
1.4.Выворотность в бедре	Выполнить demiplieGrandplie, ronddejambeparterree, «лягушка» лежа на спине и животе.	**Низкий уровень:** не может выполнить заданные упражнения **Средний уровень:** выполняет задания, но испытывает затруднения **Высокий уровень:** задания выполняет свободно, без усилий	Упражнение «лягушка» следует выполнять осторожно с нажимом на колени. Отсутствие выворотности бедра не позволит правильно и красиво выполнить позы классического танца. Развивается с помощью специальных упражнений.
1.5.Гибкость корпуса	Выполнить перегибы корпуса во все направления.	**Низкий уровень:** Не может выполнить заданные упражнения; **Средний уровень:** Выполняет задания, но испытывает затруднения; **Высокий уровень:** Задания выполняет свободно, без усилий	Верхняя часть корпуса перегибается легко и свободно, с устойчивым равновесием в нижней части корпуса. Идеальная гибкость не обязательна
1.7.Прыжок	Выполнить в свободном положении ног с предварительным коротким приседанием (трамплинный прыжок). Прыжки выполняются несколько раз подряд	**Низкий уровень:** не может выполнить прыжок самостоятельно **Средний уровень:** выполняет прыжок самостоятельно, но испытывает затруднения **Высокий уровень:** прыжок выполняет свободно, без усилий	Обращается внимание на эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. В момент прыжка требуется оттянуть пальцы ног вниз
		2. Музыкальные данные	
1.Ритм	Выполнить ритмическую хлопушку руками, ногами, выполнение	**Низкий уровень:** ритмический рисунок не может повторить **Средний уровень:**	Отсутствие ритмических способностей препятствует изучению хореографии, развитию не поддается

	движения с музыкой и изменением темпа	повторяет ритмический рисунок, но с ошибками **Высокий уровень:** задания выполняет свободно, без ошибок	
		3. Артистичность и выразительность	
1.Мимика лица. Эмоции	Выполнение образных движений, выражение чувств лицом, рассказ стихотворения с выражением	**Низкий уровень:** ребенок скован, безэмоционален **Средний уровень:** повторяет шаблон, предложенный педагогом **Высокий уровень:** эмоционально раскрепощен, выполняет задание с видимым удовольствием	Все дети естественны и непосредственны. Это необходимо сохранять и развивать

Уровни оценивания обучающихся: 3 – высокий, 2 – средний, 1 – низкий

Диагностическая карта (к программе «Современные ритмы»)
20__ – 20__ учебного года

Педагог дополнительного образования Волкова И.Е.

Входной контроль

п/п №	Фамилия, имя обучающихся	Хореографические данные	Музыкальные данные	Артистичность и выразительность

Итого обучающихся:

Уровни оценивания обучающихся: 3 – высокий, 2 – средний, 1 – низкий

Средний показатель качества при входном контроле –

Текущий контроль (октябрь – апрель)

Цель: определить уровень усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития обучающихся.

В ходе текущего контроля отслеживаются показатели:

- **физического развития:** растяжка ног, подъем стопы, гибкость тела, прыжок, координация движений;
- **творческого развития:** музыкальный слух, эмоциональность, воображение.

- **личностного развития:** культура поведения в коллективе, дисциплинированность, самостоятельность, активность, организаторские способности;
- **уровня освоения дополнительной образовательной программы:** теоретические знания по основным разделам программы, владение специальной терминологией, практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной образовательной программой.

Диагностическая карта (к программе «Современные ритмы»)
20__ – 20__ учебного года
Педагог дополнительного образования Волкова И.Е.
Текущий контроль

п/п №	Фамилия, имя обучающихся	физическое развитие	творческое развитие	личностное развитие	уровень освоения программы

Итого обучающихся:
Уровни оценивания обучающихся: 3 – высокий, 2 – средний, 1 – низкий
Средний показатель качества при текущем контроле –

Промежуточная и итоговая аттестация проводится в формах, предусмотренных программой, результаты вносятся в таблицу «Система оценки учебных достижений обучающихся» (**Стартовый** уровень)

Показатель	Критерий	Степень выраженности оцениваемого критерия	Балл	Методы определения результата
I. Предметные образовательные результаты				
1.1.Овладение первоначальными знаниями в предметной деятельности				
1.1.1. Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям.	*минимальный уровень* (освоено 50% объема знаний, предусмотренных программой)	1	Собеседование
		средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 75%)	2	
		максимальный уровень (освоен весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	3	
1.1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	*минимальный уровень* (учащийся знаком со специальной терминологией, но не употребляет в речи)	1	

по тематике программы	специальной терминологии	*средний уровень* (учащийся владеет специальной терминологией, иногда заменяет ее в речи бытовой)	2	
		максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно в полном соответствии с их содержанием)	3	
1.2.Предметная практическая подготовка				
1.2.1.Специальные практические умения и навыки, предусмотренные программой	Владение основами практических умений и навыков, предусмотренным и программой	*минимальный уровень* (учащийся овладел 50% предусмотренных умений и навыков)	1	Открытый урок, отчетный концерт.
		*средний уровень (*объем освоенных умений и навыков составляет 75%)	2	
		максимальный уровень (уверенно овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	3	
1.2.2. Творческие навыки	Креативность в выполнении заданий	*репродуктивный уровень* (учащийся в основном копирует образцы (действия педагога);	1	
		эвристический уровень (вносит свои изменения (предложения) в образец);	2	
		творческий уровень (способен создать собственный авторский вариант)	3	
II. Универсальные учебные действия (ключевые компетентности)				
2.1. Познавательные учебные действия				
2.1.1. Развитие начальных навыков анализа информации предметной деятельности	Самостоятельность в работе с информацией предметной деятельности	*минимальный уровень умений* (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с анализом информации предметной деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	1	Наблюдение
		средний уровень (анализирует информацию самостоятельно, но испытывает трудности при ее анализе);	2	
		максимальный уровень (анализирует информацию самостоятельно, не испытывает трудностей)	3	
2.2. Коммуникативные учебные действия				
2.2.1. Умение слушать и воспринимать информацию от других, инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	Самостоятельность и заинтересованность в восприятии содержания программы	*минимальный уровень* (учащийся испытывает затруднения при восприятии содержания программы)	1	Наблюдение.
		средний уровень (в основном самостоятелен и заинтересован при восприятии содержания программы)	2	
		максимальный уровень (всегда самостоятелен и заинтересован при восприятии содержания программы)	3	
2.2.2. Умение вступать в контакт,	Самостоятельность в построении дискуссионного	*минимальный уровень* (испытывает значительные затруднения в поисках аргументов и доказательств,	1	

поддерживать его.	выступления, логика в построении доказательств, в поиске аргументов	нуждается в постоянной помощи педагога)		
		средний уровень (в основном самостоятелен в построении взаимодействия в группе, но затрудняется логически выстраивать дискуссию);	2	
		максимальный уровень (самостоятелен в построении взаимодействия в группе, уверенно вступает в дискуссию, логично выстраивает аргументированные доказательства)	3	
2.3. Регулятивные учебные действия				
2.3.1. Способность организации собственной деятельности	Умение организовать свое рабочее место	*минимальный уровень умений* (учащийся испытывает затруднения в планировании своей деятельности, в подготовке рабочего места, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1	Наблюдение
		средний уровень (готовит и убирает свое рабочее место самостоятельно, но требуется контроль педагога)	2	
		максимальный уровень (организует свое рабочее место осознанно, самостоятельно)	3	
2.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие приобретенных навыков выполнения правил техники безопасности программным требованиям	*недопустимый уровень* (учащийся не овладел полным объемом навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой, к работе не допускается!!!)	1	
		допустимый уровень (объем усвоенных навыков составляет 100%)	2	
		высокий уровень (учащийся не только освоил весь объем навыков, но и способен объяснить их другим)	3	
2.3.3. Уровень формирования навыков аргументированной оценки объектов и предметов изучаемой области	Умение оценивать объекты и предметы (по виду деятельности, содержанию программы), продукты собственного труда	*минимальный уровень* (не всегда может объективно оценить объекты и предметы в изучаемой области, свои действия);	1	Наблюдение
		средний уровень (сформировано умение оценки, корректировки действий с учетом ошибок);	2	
		максимальный уровень (сформировано умение оценить, аргументировать оценку, корректировать действия).	3	

Материально – техническое обеспечение:

- Зал с зеркалами

- Магнитофон
- DVD- плейер, видеозаписи выступлений
- СД – диски с музыкальными произведениями и учебными видеозанятиями.

Форма для занятий:

1. лосины
2. футболки, шорты
3.обувь мягкая (балетки)

Для выступлений:

- Концертные костюмы для народного танца
- Концертные костюмы для современного танца
- Концертные костюмы для классического танца

Дидактическое обеспечение.

В процессе работы по настоящей программе используются информационно-методические материалы:

- подборка информационной и справочной литературы;
- сценарии массовых мероприятий и игровых занятий, разработанных

для досуга воспитанников;

- наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);
- диагностические методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей;
- новые педагогические технологии в образовательном процессе (сотрудничество педагога с обучающимися, создание ситуации успешности, взаимопомощи в преодолении трудностей – активизация творческого проекта)

Литература для педагога:

Нормативная литература:

- ***Козлов В.В.*** «Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования» Москва. « ВЛАДОС» 2003 г.
- ***Матвеев А.П. «***Физическая культура: образовательная программа для учащихся средней общеобразовательной школы» Москва 1995г.

Народный и классический танец:

- ***Балетмейстер и коллектив*:** учебное пособие / Л. В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А.Щекотихина./ - Орел.2007.
-***Боголюбская М.С.*** « Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах» Москва. 1982 г.
- ***Боголюбская М.С***. « Музыкально – хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания» Москва.1986 г
- ***Базарова Н.П. Мей Б.П.*** « Азбука классического танца» Ленинград. Искусство 1983 г.
- ***Богданов Г.*** Урок русского народного танца.- М.1995.
- ***Ваганова А.Я.***«Основы классического танца» Ленинград 1963 .
- ***Волынский А.Л***. Книга ликований. Азбука классического танца. М. «АРТ».1992.
- ***Григорович Юрий***. Фотоальбом. «Планета».1987.
- ***Голейзовский К***.Образы русской народной хореографии.-М.1964.
- ***Гусев Г.П.*** Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. ВЛАДОС.2003.
- ***Захаров Р.В.*** Сочинение танца. М. «Искусство».1983.
- ***Зубкова Л.Ю***. « Танцуй, кроха! Обучение хореографии от двух до семи «СПБ»
- ***Костровицкая В.С***. «100 уроков классического танца» Ленинград.1981 г
- ***Крассовская В.М. «*** История русского балета»
- ***Мессерер А.М.*** « Танец, мысль, время « Ленинград» Искусство 1992 г.
- Методика классического танца. Составитель: Деменчук С.М. Методическое пособие для учащихся. «ЛОККИ» СПб. 2007.
- ***Ткаченко Т.Т***. « Народные танцы» Москва. 1975 г.
- ***Тихомирова Л.Ф***. « Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения для школьников»
- ***Уральская В.И.*** «Природа танца» Москва. Советская Россия 1981 г.
- ***Устинова Т.*** «Русские танцы». «Молодая гвардия». 1955.
- ***Фокин М.М.*** « Против течения» Ленинград. Искусство. 1981 г.
- ***Чистякова*** « Психогимнастика», Москва 1990 г.
- ***Шкробова С.В.*** «Искусство балетмейстера». Теоретические основы. СПб. 2007

Современный танец и спорт:

- ***Алешин В.В. Портнов Ю.М.*** « Физкультурное граффити – игры, эстафеты, аттракционы и забавы» Москва 1996 г.

- ***Вакулова А.Д, Бутин И.М.*** « Развитие физических способностей детей» Ярославль 199
- ***Зациорский В.М***. « Физические качества спортсмена» Москва « Физкультура и спорт» 1966 г.
- ***Кацер О.В. Коротаева С.А.*** *Музыка. Дети. Здоровье. Игровая методика развития музыкальных способностей детей. ЛОИРО. СПб.2007.*
- ***Козлов В.В.***Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика.- М. ВЛАДОС, 2003.
- ***Кокин В.П.*** « Спортивная аэробика» Москва 1981 г.
- ***Колесникова С. В.*** Детская аэробика: Методика, базовые комплексы.
- Ростов н /Д.: Феникс, 2005.
- ***Лисицкая Т.С.*** Ритм +пластика. - М.: ФиС,1987.
- ***Никитин В.Ю***. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. М.: Издательский дом «Один из лучших». 2006.
- ***Пастушенко Г.А***. « Домашние задания по физкультуре» Киев 1996
- ***Шнеер Я.Я. Славский Р.Е.*** « Цирк – маленькая энциклопедия» Москва 1979
- ***Шереметьевская Н.*** Танец на эстраде. М.Искусство. 1985.

Литература для детей и родителей:

- ***Григорович Ю.*** Фотоальбом. «Планета». 1987.
- ***А. Дункан*** « Моя жизнь» 1930 г.
- ***И. Дешкова*** « Загадки Терпсихоры» Москва. 1981 г.
- ***Васильева Т.К. «*** Секрет танца» С - Пб. « Диамант» 1997 г.
- ***Карп П.М***. «Младшая муза» Москва. Детская литература 1986 г
- ***М. Кшесинская*** « Воспоминания» Москва. « А РТ» 1992 г.
- *Львов- Анохин Б.А.* « Галина Уланова» Москва. Искусство 1984 г
- ***Лиепа М.Э*** « Вчера и сегодня в балете» Москва, Молодая гвардия 1986
- ***Нейл Моррис***. Музыка и танец. М. АСТ. 2002.
- «Страна волшебная - балет» Очерки. Москва. « Детская литература» 1974 .
- ***Пасютинская В. «***Волшебный мир танца» Просвещение.1985.
- ***Плисецкая М.М.*** «Я, Майя Плисецкая». М.-«Новости».1994.
- ***Н. Тихомирова*** « Девушка в синем » Москва. « А РТ» 1992 г.
- ***Чернова Н.Ю.*** « От Гельцер до Улановой» Москва. Искусство 1979
- Чудакова Н.В.Праздники для детей и взрослых. М. АСТ.1996.
- ***Шипилина И.А***. Аэробика. Серия «Только для женщин». -Ростов на / Д: «Феникс».2004.
- ***Эльяш*** Н.И.Русская Терпсихора. М. «Сов. Россия».1970.