Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Кежемский центр детского творчества»

РАССМОТРЕНО
методическим советом
Протокол № 2
от 30 сентября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБУ ДО
«Кежемский ЦДТ »

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0330FC46CAB53EE14DF91C946719358C
Владелец: Карпенкова Светлана Андреевна
Действителен: с 10.01.2026 до 05.04.2027

/Карпенкова С.А./

Приказ № 140 от 30 сентября 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СЕРПАНТИН»

Направленность: художественная

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 3 года

Авторы:
Долгошеева Татьяна Анатольевна,
старший педагог дополнительного образования,
Мечиняну Александра Александровна,
педагог дополнительного образования.

Кодинск
2026

Содержание

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1.1	Пояснительная записка……	3
1.2	Цели и задачи программы……	6
1.3	Содержание программы…….....	7
1.3.1	Учебный план 1-го года обучения……..	7
1.3.2	Содержание учебного плана 1-го года обучения……..	8
1.3.3	Учебный план 2-го года обучения……..	12
1.3.4	Содержание учебного плана 2-го года обучения……..	13
1.3.5	Учебный план 3-го года обучения……..	17
1.3.6	Содержание учебного плана 3-го года обучения……..	18
1.4	Воспитательная деятельность……	22
1.5	Прогнозируемые результаты……...	26

Раздел II. Комплекс основных характеристик программы

2.1	Календарный учебный график……	29
2.2	Условия реализации программы…….	29
2.3	Формы аттестации и оценочные материалы……..	30
2.4	Методические материалы……	32
2.5	Рабочая программа……...	34
2.6	Список литературы……...	34

Приложение 1. Стартовая диагностика
Приложение 2. Контрольные и итоговые занятия
Приложение 3. Развивающие игры и этюды

РАЗДЕЛ I.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный серпантин» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказом Министерства Просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (зарегистрирован 02.06.2026 №86855);
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанных Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;
- методическими рекомендациями по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ/ Составитель Аглиулина Р.Ф. и др. - Красноярск.: Региональный модельный центр дополнительного образования детей Красноярского края, 2026;
- Уставом МБУ ДО «Кежемский ЦДТ»;
- Положением о дополнительной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ»;
- Положением о рабочей программе к дополнительной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ»;
- Положением о мониторинге (оценке) результатов реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУ ДО «Кежемский ЦДТ».

Направленность программы - художественная. В основе программы - освоение выразительных средств хореографии и развитие творческого восприятия через движение. Занятия формируют у детей образное мышление, чувство ритма и артистизм, раскрывая танец как вид искусства.

Актуальность программы обусловлена запросом детей и родителей на доступные и зрелищные формы хореографического творчества. Эстрадный танец синтезирует элементы современной хореографии, сценического движения и актерского мастерства, что позволяет ребенку 7–10 лет не только развить физические данные, но и раскрыть артистизм, эмоциональную выразительность и коммуникативные навыки.

Педагогическая целесообразность определяется тем, что занятия эстрадным танцем:

- развивают чувство ритма, музыкальность, координацию, пластику;
- формируют правильную осанку, укрепляют мышечный корсет, развивают выносливость;
- способствуют снятию психоэмоционального напряжения, раскрепощению;
- воспитывают дисциплину, трудолюбие, умение работать в коллективе;
- создают условия для творческой самореализации через участие в концертах и конкурсах.

Новизна программы заключается в интеграции техник современного танца (джазовый танец, модерн, contemporary) с основами эстрадного сценического движения. Это позволяет уже на начальном этапе обучения создавать яркие, динамичные номера, доступные для восприятия детьми младшего школьного возраста, и обеспечивает преемственность при переходе на следующий уровень обучения.

Отличительные особенности программы

Программа «Танцевальный серпантин» реализуется в театре танца «Эдельвейс» в системе, обеспечивающей преемственность обучения в сфере эстрадной хореографии:

1. «Радуга танца», 5-7 лет, подготовительный этап, стартовый уровень;

2. «Танцевальный серпантин», 7-10 лет, I этап, стартовый уровень;

3. «Энергия танца», 10-13 лет, II этап - базовый уровень;

4. «Мир танца – мир Совершенства», 14-17 лет, III этап, продвинутый уровень.

Программа состоит из разделов:

- «Основы современного эстрадного танца»,
- «Основы партерной гимнастики»,
- «Развитие физических данных»,
- «Основы музыкальной грамоты»,
- «Ритмопластика»,
- «Этюдная работа»,
- «Постановочно-репетиционная работа».

Со 2-го года к обучению добавляются разделы:

- «Джазовый танец»,

- «Танец модерн».

С 3-го года к обучению добавляются разделы:

- «Contemporary dance»,
- «Сценическое движение»,
- «Музыкально-пластическая импровизация».

В образовательном процессе применяются:

- комплексный подход: сочетание тренажа, партерной гимнастики, изучения техник современного танца и постановочной работы;
- учет возрастных особенностей детей 7-10 лет (игровые методы, образные сравнения, частая смена деятельности);
- вариативность репертуара в зависимости от состава группы и уровня подготовки;
- возможность участия в концертной и конкурсной деятельности уже с первого года обучения.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей 7-10 лет с разным уровнем подготовки и не требует специального отбора, что соответствует концепции доступности дополнительного образования. При этом приоритет при зачислении на обучение имеют дети, прошедшие обучение в театре танца «Эдельвейс» по дополнительной общеразвивающей программе «Радуга танца» для дошкольников.

На обучение принимаются дети при наличии медицинской справки-допуска для занятий хореографией.

Наполняемость учебной группы - ориентировочно 10-15 человек.

Сроки и режим реализации программы

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Учебный план программы может быть реализован в двух вариантах: в объеме 144 часов или 72 часов. Выбор учебного плана осуществляют родители в зависимости от применения социального сертификата.

Теоретическое и практическое содержание программы рассчитано на 136 (68) учебных часов на каждом году обучения. В соответствии с локальными актами учреждения в рамках реализации программы на каждом году обучения запланировано ≥ 8 (≥4) часов резервного времени. Количество резервных часов определяется календарным учебным графиком каждой учебной группы в зависимости от расписания. Резервное время используется педагогом для индивидуальных занятий как с солистами, так и с детьми, отстающими по программе по уважительным причинам (по болезни и др.), постановочную работу. Резервное время позволяет обеспечить полное своевременное выполнение программы при пропуске занятий из-за поездок на конкурсы либо по другим причинам, а также создаётся возможность для занятости детей в течение полного учебного года (до 38 недель). Программа

считается выполненной при реализации учебного плана без учёта резервных часов [Нормативные документы, 2].

В зависимости от выбора учебного плана занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом (144 часа в год) или 1 раз в неделю по 2 часа с перерывом (72 часа в год).

Продолжительность академического часа - 45 минут.

Форма реализации - очная. Возможно **использование дистанционных технологий и электронного обучения** в период актированных дней или самоизоляции посредством официального чата и видеосвязи в мессенджере MAX и др.

1.2. ЦЕЛЬ и ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: Творческое, эмоциональное и физическое развитие детей 7-10 лет посредством освоения основ эстрадной хореографии.

Задачи:

Образовательные:
- обучить основам эстрадного и современного танца;
- сформировать навыки правильного и выразительного исполнения танцевальных движений и комбинаций;
- познакомить с хореографической терминологией;
- обучить основам сценической культуры и актерского мастерства.

Развивающие:
- развивать музыкально-ритмические способности, координацию, гибкость, выносливость;
- развивать творческое воображение, фантазию, способность к импровизации;
- развивать коммуникативные навыки и умение работать в коллективе.

Воспитательные:
- формировать устойчивой мотивации к занятиям хореографией;
- воспитывать интерес и любовь к танцевальному искусству;
- формировать нравственные и эстетические ценности;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, ответственность, целеустремленность;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный серпантин», 1-ый год обучения

Таблица 1

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов			Формы/методы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Стартовая диагностика	2/2*	1/1	1/1	Беседа, выполнение упражнений стартовой диагностики
2.	Основы современного эстрадного танца	24/24	2/2	22/22	Беседа, педагогическое наблюдение
3.	Основы партерной гимнастики	20/20	1/1	19/19	
4.	Развитие физических данных	20/20	1/1	19/19	
5.	Основы музыкальной грамоты	- /8	-/1	- /7	Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия
6.	Навыки выразительного движения	- /8	-	- /8	
7.	Ритмопластика	- /8	- /1	- /7	
8.	Этюды	- /6	- /1	- /5	
9.	Постановочно-репетиционная работа	- /36	-	- /36	Педагогическое наблюдение
10.	Контрольное занятие	1 /2	-	1/2	Открытое занятие-зачет. Опрос, контрольные упражнения. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга
11.	Итоговое занятие	1/2	-	1 /2	
12.	Воспитательные мероприятия	по плану воспитательной работы коллектива			Конкурсные мероприятия. Выступление перед зрителями. Педагогическое наблюдение
13.	Концертно-творческая деятельность				
Всего по программе (количество учебных часов)		**68/136**	**5/8**	**63/128**	
Резервное время (количество резервных часов)		≥4/8	-	≥4/8	Педагогическое наблюдение
Итого по программе		**≥ 72/144**	**5/8**	**≥ 67/136**	

* здесь и далее: учебный план на 72 часа / учебный план на 144 часа.

1.3.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения

1.Вводное занятие. Стартовая диагностика (2/2 ч)
Теория: Организационная беседа. Знакомство с детьми, правила поведения в хореографическом зале, культура поведения на занятиях. Решение организационных вопросов. Цель и задачи на предстоящий учебный год. Перспективы и требования. Инструктаж по технике безопасности. ПДД. ПБ, Расписание.
Практика: Стартовая диагностика (приложение 1).
Формы и методы контроля: Беседа, ответы на вопросы, выполнение упражнений стартовой диагностики.

2. Основы современного эстрадного танца (24/24 ч)
Теория. Современный эстрадный танец включает в себя много танцевальных направлений и течений. Отличие эстрадного танца от других направлений хореографии. Терминология современного танца. Знакомство с основными направлениями современного эстрадного танца. История появления джаз-танца. Техника безопасности при выполнении упражнений. Знакомство с термином «пируэт». Пируэт – полный поворот всем телом на носке одной ноги. Однократный, двукратный и многократные повороты, осуществляемые с помощью различных приемов, придающих телу вращательное движение. Знакомство с термином «пелвис»- таз, тазовые кости, бедро, тазовая область. Изоляция – движение, осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой. Знакомство со спецификой исполнения шага на месте и в сторону с приставкой. Знакомство с особенностями исполнения движений с элементами изоляции. Знакомство с круговыми движениями в суставах «локо-мотор». Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика. Работа над основными техническими приёмами современного танца. Работа над танцевальными элементами и композициями в стиле джаз танца. Выполнение упражнений для рук, скрещивание рук сзади в замке. Поочередный подъем одного и двух плеч. Выполнение упражнений на развитие подъема и шага. Кросс - передвижение в пространстве. Прыжки по VI позиции, из I во II позицию. Выполнение упражнений на изоляцию (голова, руки, ноги и стопы (положение стоя), плечи, грудная клетка (в положении стоя). Выполнение упражнений для позвоночника. Изоляция (выполнение различных наклонов). Выполнение twist, twill. Выполнение упражнений на наклоны торса во всех направлениях. Выполнение различных шагов на развитие координации. Выполнение pasechappe с поворотом. Выполнение упражнений для подготовки к большим прыжкам. Выполнение упражнений на соединение шагов и прыжков. Выполнение различных техник исполнения пелвиса. Выполнение различных комбинаций шагов. Выполнение упражнений для гибкости и подвижности позвоночника. Выполнение перемещений по пространству класса. Выполнение упражнений для формирования правильной осанки. Выполнение упражнений для ног в

сторону на 90°. Особенности исполнения наклонов корпуса с разной амплитудой. Разучивание и отработка этюда на основе изученных элементов.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

3. Основы партерной гимнастики(20/20ч)
Теория: Цель партерной гимнастики: выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса. Знакомство с техникой и спецификой исполнения различных движений партерной гимнастики. Знакомство с понятием «танцевальный шаг». Техника безопасности при выполнении упражнений. Хореографические упражнения как средство психологического раскрепощения. Сюжетные комбинации.
Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение базовых упражнений на полу. Упражнения на укрепление мышечного корсета, на развитие гибкости коленных суставов, на укрепление мышц спины и брюшного пресса, для подвижности голеностопного сустава и формирование стопы, эластичности мышц голени и стопы, на улучшение гибкости и укрепление позвоночника, на укрепление и эластичность мышц тазобедренного сустава, для развития выворотности стоп и танцевального шага, для формирования правильной осанки, на развитие пластичности, на развитие ощущения напряжения и расслабления мышц. Выполнение различных шагов, переступаний, шаговых дорожек, маршировки, махи ногами, растяжка. Выполнение элементов акробатики: «колесо», кувырки вперёд, «стойка», «мостик».
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

4. Развитие физических данных (20/20ч)
Теория: «Разминка» - «разогревание», подготовительный комплекс физических упражнений перед занятием, репетицией, выступлением для постепенной мобилизации всех функций организма, для предупреждения растяжений и других травм мышц, связок и др.
Практика: Основные исходные позиции ног: II, VI. Основные исходные позиции рук: руки на поясе; руки за спиной; руки, опущены вниз (подготовительная позиция). Упражнения для улучшения гибкости шеи, для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов, для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья, для подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья, для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стоп, для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Разминка: упражнения для укрепления и подвижности шейного отдела, для подвижности запястья и кистей рук, для подвижности плечевого пояса, «крылышки», «ножницы», - скрещивание прямых рук.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

5. Основы музыкальной грамоты (-/8 ч)
Теория: Знакомство с характером музыкального произведения. Понятие о музыкальном темпе. Понятие о такте и его завершении.

Практика: Развивающие игры для закрепления умения останавливать движение с прекращением музыки. Формирование умения «прохлопать» простейший ритмический рисунок. Развитие навыка точно начинать движение после вступления
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

6. Навыки выразительного движения (-/8 ч)
Практика: Вспомогательные упражнения, помогающие детям прочувствовать и осознать правильное положение рук и плеч: «росток» - «подушечка» (твердые и мягкие руки), «арбуз» (подготовка к portdebras) Данные упражнения исполняются в разных уровнях (стоя, сидя, лежа). Вспомогательные упражнения, способствующие выработке выразительности и точности движений кисти: «стряхивать воду с пальцев», «кошка выпускает когти», «кидание снежков», «ветер». Различные виды шага: естественный, бытовой шаг, шаркающий шаг, танцевальный шаг, шаги на пятках, шаги на полупальцах, шаги с высоким подниманием коленей, «кошачий», мягкий шаг, ходьба мелкими и широкими шагами, акцентированная ходьба, приставные шаги. Различные виды бега: легкий бег («птички»), бег с захлестом назад, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и назад, бег с высоким подниманием колен. мелкий бег на полупальцах, широкий бег большими прыжками, как бы перепрыгивая через воображаемые препятствия. Прыжки (на середине зала и в продвижении): на двух ногах по VI и II позициям ног (вперед-назад, вправо-влево), с ноги на ногу, по VI позиции ног (вперед-назад, вправо-влево), по IV невыворотной позиции ног (вперед-назад, вправо-влево), легкие подскоки, галоп вперед (с правой и с левой ног), боковой галоп. Комбинации с использованием различных видов бега и шагов. Дополнительные упражнения, способствующие закреплению понятия о правой и левой стороне, для развития воображения и творческой активности детей. Игры-превращения. Игры-миниатюры. Игры, развивающие ориентацию в пространстве. Танцевальные этюды: массовые, детские парные этюды, детские линейные. Импровизация под музыку.
Формыи методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

7. Ритмопластика (-/8ч)
Теория: Знакомство со стилевыми приемами пластики. Взаимосвязь музыки и движения. Музыкально-пластическая импровизация. Шагистика. Характер. Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: Выполнение упражнений по ритмопластике. Выполнение шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление ритмических навыков. Развитие навыков самостоятельной реакции. Выполнение упражнений на начало, конец музыки. Танцевальная импровизация на музыку, выбранную педагогом. Выполнение упражнений на развитие гибкости. Маршировка (шаг с носка, перестроение-круг, шаг на полупальцах).
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

8. Этюды (-/6ч)
Теория: Знакомство с понятием «сценический этюд». Особенности и принципы создания этюдов. Знакомство с понятием «интервал» при создании и показе этюда. Изучение специальной терминологии. Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: Работа над образом и характером. Тренинг на развитие эмоциональной выразительности. Создание этюдов «Обстоятельство места», «Возраст, пол, профессия», «Заколдованный ребенок», «Ответ на вопрос кто?», «Дружная семья», «Погодные условия», «Лето», «Мотылек. Работа над эмоциональностью и развитием в этюдах. Повторение разученных этюдов.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия.

9. Постановочная работа (-/36 ч)
Практика: Разучивание танцевальных комбинаций и этюдов. Постановка танцевальных номеров на основе пройденных движений.
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение.

10. Контрольное занятие (1/2 ч)
Практика: Проверка текущих знаний, умений, навыков. Выполнение контрольных упражнений в соответствии с разделами программы.
Формы и методы контроля: Опрос по содержанию разделов. Оценка усвоения теоретического и практического содержания программы. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

11. Итоговое занятие (1/2 ч)
Практика: Занятие-зачёт с приглашением родителей. Подведение итогов работы за год: оценка и анализ уровня овладения знаниями и умениями детей.
Формы и методы контроля: Контрольные упражнения. Педагогическое наблюдение. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

13. Воспитательные мероприятия
Участие в воспитательных и конкурсных мероприятиях различного уровня: внутренних, городских, муниципальных, региональных, федеральных по плану воспитательной работы детского творческого коллектива.

14. Концертно-творческая деятельность
Выступления перед зрителями, участие в концертах, торжественных и праздничных мероприятиях учреждения, города, муниципального округа по плану воспитательной работы коллектива.

Резервное время (≥4/8 ч)
Практика: Обобщение, закрепление изученного материала, постановочная и индивидуальная работа.

1.3.3. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный серпантин», 2-ой год обучения

Таблица 1

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов			Формы/методы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1/1	1/1	-	Беседа, педагогическое наблюдение
2.	Основы современного эстрадного танца	16/16	1/1	15/15	Беседа, педагогическое наблюдение
3.	Джазовый танец	16/16	1/1	15/15	
4.	Танец модерн	16/16	1/1	15/15	
5.	Основы партерной гимнастики	8/8	-	8/8	
6.	Развитие физических данных	9/9	-	9/9	
7.	Основы музыкальной грамоты	- /8	- /1	- /7	Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия
8.	Навыки выразительного движения	- /10	-	- /10	
9.	Этюды	- /12	- /1	- /11	
10.	Постановочно-репетиционная работа	- /36	-	- /36	Педагогическое наблюдение
11.	Контрольное занятие	1/2	-	- /2	Открытое занятие-зачет. Опрос, контрольные упражнения. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга
12.	Итоговое занятие	2/2	-	- /2	
13.	Воспитательная работа	по плану воспитательной работы коллектива			Выступление перед зрителями. Педагогическое наблюдение
14.	Концертно-творческая деятельность				
Всего по программе (количество учебных часов)		**68/136**	**4/6**	**64/130**	
Резервное время (количество резервных часов)		≥4/8	-	≥4/8	Педагогическое наблюдение
Итого по программе		**≥ 72/144**	**4/6**	**≥ 67/138**	

1.3.4. Содержание учебного плана 2-го года обучения

1.Вводное занятие (1/1ч)
Теория: Организационная беседа. Правила поведения в хореографическом классе, культура поведения на занятиях. Решение организационных вопросов. Цель и задачи на предстоящий учебный год. Перспективы и требования. Инструктаж по технике безопасности. ПДД. ПБ. Расписание.
Формы и методы контроля: Беседа, ответы на вопросы, выполнение упражнений стартовой диагностики.

2. Основы современного эстрадного танца (16/16 ч)
Теория: Беседа «Принципы и особенности исполнения современных танцев». Эмоции, как основное средство выразительности в танце. Техника безопасности во время исполнения упражнений.
Практика: Усложнение и выполнение упражнений 1-го года обучения. Разучивание новых элементов и отработка этюда на основе изученных движений. Упражнения stretch-характера (растяжка). Овладение системой растяжки stretch. Упражнения на развития подвижности позвоночника. Торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока. Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге. Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

3. Джазовый танец (16/16ч)
Теория: Джазовый танец - танец эмоций, энергии и силы. Основные принципы: поза «коллапс», полицентрия, изоляция, координация, мультипликация. Уровни.
Практика: Изоляция головы, плеч, грудной клетки, пелвиса, рук, ног. Основные позиции рук и ног в джаз-танце. Упражнения для всего тела на середине зала: deep body bends, contraction, release, body roll, flat back. Шаги и вращения: шаги с bounce, flatstep, cameljazzwalk, простой трехшаговый поворот. Прыжки: hop, jump, leap.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

4. Танец модерн (16/16ч)
Теория: Модерн-танец -детище XX века. Связь формы танца и внутреннего состояния исполнителя. Основные принципы: отказ от канонов, воплощение

новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами.
Практика: Физическая подготовка тела: упражнения для развития стопы, основные положения корпуса, упражнения для развития силы ног. Основные положения корпуса на полу, соединённые в комбинацию. Соединение основных положений с руками. Упражнения на баланс (элементы йоги, пилатеса). Баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

5. Основы партерной гимнастики (8/8ч)
Практика: Усложнение и выполнение материала 1-го года обучения. Разучивание новых общеразвивающих упражнений. Упражнения, на исправление осанки, подвижность позвоночника, на укрепление мышц спины и брюшного пресса, на укрепление позвоночника, на укрепление и эластичности мышц тазобедренного сустава, на подвижность голеностопного сустава и формирование стопы, на тренировку равновесия, апломба, на развитие ощущения напряжения и расслабления мышц, на выработку выворотности ног, для укреплению мышечного корсета, на развитие выворотности бедра и формированию танцевального шага, на подвижность голеностопного сустава и выворотность стоп, на развитие равновесия, на развитие прыгучести. Прыжки на скакалке. Игры на развитие выносливости, внимательности, ловкости, силовых и скоростных навыков движения.
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

6. Развитие физических данных (9/9ч)
Практика: Усложнение и выполнение материала 1-го года обучения. Разучивание новых общеразвивающих упражнений. Основные исходные позиции ног: II, VI. Основные исходные позиции рук: руки на поясе; руки за спиной; руки, опущены вниз (подготовительная позиция). Разминка: упражнения для укрепления и подвижности шейного отдела, для подвижности плечевого пояса, «крылышки», «ножницы». Упражнения: для подвижности запястья и кистей рук, для улучшения гибкости шеи, для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов, для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья, для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья, для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стоп, для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, для укрепления косых мышц живота и подвижности позвоночника, для развития подвижности пелвиса: «часики», для разогрева и укрепления прямых мышц ног.
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

7. Основы музыкальной грамоты (-/8 ч)
Теория: Сильная и слабая доли такта. Характер музыкального произведения.
Практика: Развивающие игры для закрепления навыка самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыкального сопровождения. Совершенствование умения прохлопать заданный ритмический рисунок. Работа по ускорению и замедлению движения в зависимости от музыкального сопровождения.
Формы и методы контроля: Беседа. Педагогическое наблюдение.

8. Навыки выразительного движения (-/10 ч)
Практика: Разучивание упражнений и выполнение их в мини-комплексах с использованием упражнений 1-го года обучения. Вспомогательные упражнения, помогающие прочувствовать и осознать правильное положение рук и плеч «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Различные виды шага. Повторение шагов 1-го года обучения. Изучение новых шагов: «Пружинка», сценический шаг на полупальцах, шаг на полупальцах в plie, шаг на полупальцах с захлестом назад, шаг на полупальцах с подъемом колена в положении невыворотного passé. Различные виды бега. Повторение шагов 1-го года обучения. Прыжки. Повторение прыжков 1-го года обучения. Изучение новых прыжков: с выбросом прямых ног вперёд на 45^0 поочерёдно, чередование лёгких и сильных подскоков, прыжки с поворотами на 90^0 и 180^0, прыжки с двух ног на одну, прыжки через скакалку по VI позиции ног (с вытянутыми коленями), боковой галоп в полуповороте. Комбинации с использованием различных видов бега и шагов. Развивающие игры: на развитие ориентации в пространстве, на развитие воображения, внимания, имитационные игры. Упражнения, способствующие восприятию потребности к самовыражению в движении по музыку. Детские линейные этюды. Импровизация под музыку.
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

9. Этюды (-/12 ч)
Теория: Повторение и расширение специальной терминологии. Знакомство с отличительными особенностями характеров и стилей этюдов. Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: Работа над созданием этюда. Работа над фантазией и пластикой в этюде. Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде. Создание этюда на определенный сюжет «В первые в жизни», «Невероятное событие». Воображение, обстоятельства, работа над эмоциональностью и ее развитием в этюде. Тренинг с обращением к жизненному опыту учащихся, воплощение его в этюд. Выполнение упражнений на развитие пластики. Создание этюдов с воображаемыми предметами.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия.

10. Постановочная работа (-/36 ч)
Практика: Разучивание танцевальных комбинаций и этюдов. Постановка танцевальных номеров на основе пройденных движений.
Формы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

11. Контрольное занятие (1/2 ч)
Практика: Проверка текущих знаний, умений, навыков. Выполнение контрольных упражнений в соответствии с разделами программы.
Формы и методы контроля: Опрос по содержанию разделов. Оценка усвоения теоретического и практического содержания программы. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

12. Итоговое занятие (1/2 ч)
Практика: Занятие-зачёт с приглашением родителей. Подведение итогов работы за год: оценка и анализ уровня овладения знаниями и умениями детей.
Формы и методы контроля: Контрольные упражнения. Педагогическое наблюдение. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

13. Воспитательные мероприятия
Участие в воспитательных и конкурсных мероприятиях различного уровня: внутренних, городских, муниципальных, региональных, федеральных по плану воспитательной работы детского творческого коллектива.

14. Концертно-творческая деятельность
Выступления перед зрителями, участие в концертах, торжественных и праздничных мероприятиях учреждения, города, муниципального округа по плану воспитательной работы коллектива.

Резервное время (≥4/8 ч)
Практика: Обобщение, закрепление изученного материала, постановочная и индивидуальная работа.

1.3.5. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный серпантин», 3-ий год обучения

Таблица 1

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов			Формы/методы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1/1	1/1	-	Беседа, педагогическое наблюдение
2.	Джазовый танец	16/16	2/2	14/14	Беседа, педагогическое наблюдение
3.	Танец модерн	16/16	1/1	15/15	
4.	Contemporary dance	16/16	1/1	15/15	
5.	Партерная гимнастика	8/8	-	8/8	
6.	Развитие физических данных	9/9	-	9/9	
7.	Основы музыкальной грамоты	- /4	-/1	- /3	Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия
8.	Сценическое движение	- /10	-/1	- /9	
9.	Этюды	- /6	- /1	- /5	
10.	Музыкально-пластическая импровизация	- /10	- /1	- /9	
11.	Постановочно-репетиционная работа	- /36	-	- /36	Педагогическое наблюдение
12.	Контрольное занятие	1 /1	-	1/2	Открытое занятие. Опрос, контрольные упражнения. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга
13.	Итоговое занятие	1/2	-	1 /2	
14.	Воспитательная работа	по плану воспитательной работы коллектива			Выступление перед зрителями. Педагогическое наблюдение
15.	Концертно-творческая деятельность				
Всего по программе (количество учебных часов)		**68/136**	**5/9**	**63/127**	
Резервное время (количество резервных часов)		≥4/8	-	≥4/8	Педагогическое наблюдение
Итого по программе		**≥ 72/144**	**5/9**	**≥ 67/135**	

1.3.6. Содержание учебного плана 3-го года обучения

1. Вводное занятие (1/1ч)
Теория: Организационная беседа. Правила поведения в хореографическом классе, культура поведения на занятиях. Решение организационных вопросов. Цель и задачи на предстоящий учебный год. Перспективы и требования. Правила Инструктаж по технике безопасности. ПДД. ПБ. Расписание.
Формы и методы контроля: Беседа, ответы на вопросы, выполнение упражнений стартовой диагностики.

2. Джазовый танец (16/16ч)
Теория: Знакомство с историей появления джаз-танца. Темпо-ритм в танцевальных композициях. Особенности пластики, стиля и манеры танца джаз-модерн. Афро-джаз, бродвейский джаз, джаз-блюз, лирический джаз. Техники Г. Джордано, Луиджи, М. Маттокса. Комбинирование различных джазовых стилей. Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан», просмотр выступлений.
Практика: Повторение ранее изученного материала, совершенствование технического и эмоционального исполнения. Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость, на улучшение осанки, на выносливость. Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры. Выполнение упражнений руками с шагами через demi plies по II позиции. Выполнение упражнений ногами (вперед, по диагонали, в сторону). Пелвис. Выполнение упражнений для позвоночника, на передвижение в пространстве. Выполнений прыжков, вращений на двух ногах, на одной. Выполнение различных упражнений руками (Lokomotor). Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника, на релаксацию, на улучшение координации движений. Кросс (шаговые перемещения в пространстве по прямой или диагонали). Передвижение в пространстве. «Бег» - пространственное передвижение по разным направлениям. Пространственное передвижение в среднем темпе. Повторение музыкально-хореографических миниатюр. Усложнение и выполнение материала 2-го года обучения, изучение нового материала: изоляция головы, плеч, грудной клетки, пелвиса, рук, ног; упражнения для всего тела на середине зала: deep body bends, contraction, release, body roll, flat back; шаги и вращения: шаги с bounce, flatstep, cameljazzwalk, простой трехшаговый поворот; прыжки: hop, jump, leap. Совершенствование техники изоляции, координации, мультипликации. Разучивание более сложных комбинаций. Работа над музыкальностью и выразительностью исполнения. Экспериментирование с лексическим материалом.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

3. Танец модерн (16/16ч)

Теория: Углублённое изучение техник Хортона (Lester Horton Technique), Грэма (Graham Technique), Каннингема (Cunningham Technique), релиз (Releasing technique), Хамфри-Вейдман (Humphrey-Weidman Technique), Flying low.

Практика: Усложнение и выполнение материала 2-го года обучения. Разучивание новых упражнений. Физическая подготовка тела: упражнения для развития стопы, основные положения корпуса, упражнения для развития силы ног; основные положения корпуса на полу, соединённые в комбинацию, соединение основных положений с руками. Упражнения на баланс (элементы йоги, пилатеса). Баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову. Освоение принципов падения и подъёма (fall and recovery). Работа с дыханием, contraction и release. Спирали торса, изгибы позвоночника. Развитие танцевальности и индивидуальности. Разучивание композиций, включающих разученные положения.

Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

4. Contemporary dance (16/16ч)

Теория: Contemporary dance, contemporary dance technique, floorwork, flying low, partnering. Особенности направления: отсутствие единой структуры, зависимость от носителя стиля. Контактная импровизация: базовые принципы.

Практика: Упражнения в партере. Release-техника расслабления. Стретчинг - растяжка. Танцевальные комбинации в стиле contemporary: чередование натянутых мышц и резкого сброса, работа с дыханием, падения и подъёмы, резкие остановки, балансирование. Контактная импровизация.

Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

5. Партерная гимнастика (8/8ч)

Практика: Усложнение и выполнение материала 1-го и 2-го годов обучения. Изучение новых упражнений. Упражнения: способствующие исправлению осанки, подвижности позвоночника, на укрепление мышц спины и брюшного пресса, на укрепление позвоночника, на укрепление и эластичности мышц тазобедренного сустава, на развитие голеностопного сустава и формирования стопы, для тренировки равновесия, апломба, на развитие ощущения напряжения и расслабления мышц, на выработку выворотности ног, на укрепление мышечного корсета, для развития выворотности бедра и формированию танцевального шага, для развития подвижности голеностопного сустава и выворотности стоп, для развития равновесия и прыгучести. Игры на развитие выносливости, внимательности, ловкости, силовых и скоростных навыков движения

Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

6. Развитие физических данных (9/9ч)
Практика: Усложнение и выполнение материала 1-го и 2-го годов обучения. Разучивание новых общеразвивающих упражнений. Разминка: упражнения для укрепления и подвижности шейного отдела, для подвижности плечевого пояса, «крылышки», «ножницы». Упражнения: для подвижности запястья и кистей рук, для улучшения гибкости шеи, для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов, для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья, для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья, для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стоп, для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, для укрепления косых мышц живота и подвижности позвоночника, для развития подвижности пелвиса: «часики», для разогрева и укрепления прямых мышц ног.
Формы и методы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

7. Основы музыкальной грамоты (-/4 ч)
Теория: Понятия о динамике в музыке. Понятие о музыкальном предложении.
Практика: Закрепление пройденного материала. Развивающие игры для закрепления навыка самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыкального сопровождения, умения прохлопать заданный ритмический рисунок. Работа по ускорению и замедлению движения в зависимости от музыкального сопровождения
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

8. Сценическое движение (-/10 ч)
Теория: Беседа о знаковой системе тела. Знакомство со стилем «контракшен». Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: Проведение психологического тренинга по снятию зажимов. Работа над совершенствованием невербальных средств выразительности. Выполнение дыхательных практик. Знакомство с особенностями движений в стиле «контракшен». Выполнение упражнений на управление центром тяжести и смену уровней. Выполнение упражнений «Испуганный кот», «Сытый поросёнок», «Радостный зайчик». Работа с осанкой, походкой, обращением со шляпой и веером, согласно манерам и этикету французского дворянства XVIII века. Выполнение упражнений на развитие скорости, темпа. Тренинг по сценическому движению на артистизм и раскрепощение. Выполнение упражнений на развитие композиционного мышления.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение.

9. Этюды (-/6 ч)
Теория: Беседа «Эмоции, как средство выразительности».

Практика: Повторение ранее изученных этюдов. Проведение тренингов на развитие эмоциональности исполнения этюдов и развитие эмоциональности исполнений комбинаций. Создание этюда «Молча вдвоем». Выполнение ритмических упражнений. Упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. Выполнение упражнений, направленных на развитие ориентации в пространстве. Пространственное передвижение в медленном темпе. Отработка интервала при создании и показе этюда. Создание этюда на заданный педагогом сюжет. Выполнение упражнений на развитие пластики. Работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия.

10. Музыкально-пластическая импровизация (-/10 ч)
Теория: Беседа по основам мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической импровизации. Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений. Выполнение различных шаговых дорожек. Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением. Выполнение танцевальных импровизаций, под музыку, выбранную педагогом. Создание импровизации на тему «Первая потеря», «Подарок», «Утро», «Бабочки», «Осенние листья». Подражательные движения в этюдах. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.
Формы и методы контроля: Беседа, педагогическое наблюдение, рефлексия.

11. Постановочная работа (-/36 ч)
Практика: Разучивание танцевальных комбинаций и этюдов. Постановка танцевальных номеров на основе пройденных движений.
Формы контроля: Педагогическое наблюдение, рефлексия.

12. Контрольное занятие (1/2 ч)
Практика: Проверка текущих знаний, умений, навыков. Выполнение контрольных упражнений в соответствии с разделами программы.
Формы и методы контроля: Опрос по содержанию разделов. Оценка усвоения теоретического и практического содержания программы. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

13. Итоговое занятие (1/2 ч)
Практика: Занятие-зачёт с приглашением родителей. Подведение итогов работы за год: оценка и анализ уровня овладения знаниями и умениями детей.

Формы и методы контроля: Контрольные упражнения. Педагогическое наблюдение. Заполнение табеля промежуточной аттестации. Заполнение карт мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

14. Воспитательные мероприятия
Участие в воспитательных и конкурсных мероприятиях различного уровня: внутренних, городских, муниципальных, региональных, федеральных по плану воспитательной работы детского творческого коллектива.

15. Концертно-творческая деятельность
Выступления перед зрителями, участие в концертах, торжественных и праздничных мероприятиях учреждения, города, муниципального округа по плану воспитательной работы коллектива.

Резервное время (≥4/8 ч)
Практика: Обобщение, закрепление изученного материала, постановочная и индивидуальная работа.

1.4. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Цели воспитания: Общей целью воспитания в соответствии с законодательством Российской Федерации является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм по ведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и право порядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачи воспитания: Задачи воспитательной работы в программе по хореографии охватывают широкий спектр направлений, ориентированных на гармоничное развитие личности ребенка.

Духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание

- Формирование гражданско-патриотических качеств личности, чувство любви к Родине и уважения к ее культурным традициям.
- Воспитание духовно – нравственных ценностей, совестливости, порядочности и чувство долга.
- Развитие толерантности, уважения к другим людям, их мнению и традициям, умению вести диалог.

Развитие личности и самосознания

- Воспитание желания к самопознанию, самовоспитанию и самосовершенствованию.
- Формированию позитивного отношения к себе, развитие Я-концепции и уверенности в себе.
- Воспитание ответственности, самостоятельности и добросовестного отношения к деятельности.

Художественно-эстетическое развитие

- Развитие индивидуальных творческих хореографических способностей.
- Формирование эстетического вкуса, любви к искусству и культуре.
- Приобщение к ценностям хореографического искусства и мировой культуре.

Физическое развитие и формирование культуры здоровья

- Укрепление здоровья, формирование правильной осанки и профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.
- Развитие физических качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений.
- Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Социальное воспитание

- Воспитание чувства уважения к родителям и семье.
- Формирование навыков работы в коллективе, умению сотрудничать и сопереживать.
- Приобретение опыта позитивного социального действия через участие в концертах, конкурсах и благотворительных акциях.

Эти задачи реализуются через различные формы работы: репетиционный процесс (посредством хореографических композиций, танцевальных номеров), концертную деятельность, тематические занятия, экскурсии в театры и музеи, а также через взаимодействие с родителями.

Целевые ориентиры воспитания: формирование и воспитание российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским государством в его тысячелетней истории и в современности, в настоящем, прошлом и будущем; традиционных духовно-нравственных ценностей народов России с учётом личного мировоззренческого, национального самоопределения, неприятия антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих этим ценностям; установки на здоровый образ жизни и содержательный досуг; уважения к художественной культуре, искусству народов России; восприимчивости к разным видам искусства; интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров; опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, выставках и т. п.; стремления к сотрудничеству, уважения к старшим; ответственности; воли и дисциплинированности в творческой деятельности; опыта представления в работах российских

традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России; опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

Методы и формы воспитания

В программе используются следующие **методы воспитания**: метод коллективного взаимодействия (работа в группах и парах, взаимопомощь при разучивании движений), игровой метод (музыкально-танцевальные игры, этюды-импровизации, сюжетные занятия, где дети «оживляют» образы), соревновательный метод (конкурсы внутри коллектива, участие в фестивалях и конкурсах), упражнение и приучение (систематическое повторение движений, формирование дисциплины и трудолюбия), убеждение (объяснение смысла танцевального искусства, красоты и выразительности движения), поощрение (одобрение успехов, похвала, присвоение званий «лучший дуэт», «самый артистичный»), личный пример педагога (демонстрация техники, дисциплины, культуры поведения на репетиции).

Формы воспитания в программе разнообразны: групповые и индивидуальные репетиции, открытые занятия для родителей, отчётные концерты и отчётные показы, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, творческие мастерские и постановочные репетиции, где дети участвуют в создании номера, тематические праздники и досуговые мероприятия, экскурсии на спектакли и танцевальные представления, а также беседы и обсуждения о культуре танца, выдающихся исполнителях и истории хореографии.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на экскурсиях, конкурсах и мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением обучающихся, их общением, отношением друг к другу, педагогу, к выполнению своих заданий по программе и воспитательных мероприятиях.

Оценка и анализ результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится в течение реализации и после её завершения методами психолого-педагогической диагностики по методике «Изучение уровня развития качеств личности обучающихся» в рамках мониторинга результатов реализации дополнительной общеразвивающей программы, разработанного в МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» (см. раздел настоящей программы «Формы аттестации и оценочные материалы»).

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Участие в концертах на уровне учреждения, города, округа	В течение учебного года, по плану мероприятий	Выступление перед зрителем	Личный/коллективный результат в конкурсах. фото- и видеоматериалы, публикации в СМИ, официальных страницах и каналах учреждения в социальных сетях
2	Участие фестивалях, конкурсах различных уровней	В течение учебного года, по плану мероприятий	Конкурсные мероприятия	
3	Познавательно-воспитательные мероприятия	В течение учебного года, по плану воспитательной работы детского объединения	Творческие встречи - знакомство с интересными людьми (писателями, музыкантами, учёными, ветеранами). Экскурсии - по городу, в музеи, на предприятия, на выставки. Культурные мероприятия - посещение театров, кино, концертов, фестивалей и пр.	Фото- и видеоматериалы, публикации в СМИ, официальных страницах и каналах учреждения в социальных сетях
4	Традиционные мероприятия коллектива: - день именинника, - отчетные концерты, - прием новичков в коллектив (клятва студийцев), - юбилеи коллектива, - встречи с выпускниками	По плану воспитательной работы учреждения, детского объединения	Встречи с чаепитием, беседы, балы, творческие вечера, просмотр видеоматериалов	Фото- и видеоматериалы в архив коллектива
5	Новогодние и рождественские занятия (в каникулярное время) «Мы собираемся на бал», «В гостях у сказки»	Декабрь, январь	Костюмированные утренники (самостоятельные творческие номера от воспитанников), мастер - классы, беседы	Фото- и видеоматериалы, публикации в СМИ, официальных страницах и каналах учреждения в социальных сетях
6	Летняя образовательная программа «В ритме лета»	Июнь	Общеразвивающие занятия, тренировочная работа, досуговые мероприятия, праздники	

В соответствии с Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ», [Нормативно-правовые документы, 2] для каждого детского коллектива составляется и согласовывается с заместителем директора по учебно-воспитательной работе календарный план воспитательной работы на каждый новый учебный год, содержащий конкретные мероприятия и сроки их проведения в учебном году.

1.5. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результаты обучения

Предметные результаты

По окончании 1-го года обучения обучающийся должен знать:

- правила поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;
- историю возникновения танца;
- позиции рук (подготовительную, I, II, III), ног (I, II, VI) эстрадного танца;
- правила постановки корпуса;
- названия проученных танцевальных терминов, названия упражнений;
- основные движения, ходы эстрадного танца;
- правила поведения, роль мальчика и девочки в дуэтном танце, уметь двигаться в паре;
- терминологию в соответствии с разделами программы;

должен уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- выполнять комплексы упражнений, разучиваемых на уроках, знать их назначения;
- владеть навыками по различным видам передвижений по залу;
- различать на слух танцевальные ритмы, размер;
- понимать взаимосвязь музыки и танца, влияние музыки на характер танца;
- выполнять танцевальные движения под музыку;
- правильно выполнять упражнения партерного экзерсиса;
- двигаться в соответствии с ритмом и темпом музыки;
- ориентироваться на танцевальной площадке.

По окончании 2-го года обучения обучающийся должен знать:

- правила поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;
- понятие «эстрадный танец», «джазовый танец», «танец модерн»;
- позиции рук (подготовительную, I, II, III), ног (I, II, VI) эстрадного танца;

- правила постановки корпуса;
- названия проученных танцевальных терминов, названия упражнений;
- терминологию изученных элементов и движений эстрадного и современного танца;
- особенности движений джазового танца и танца модерн;
- характерные положения рук;
- знать и уметь выполнять изученные движения эстрадного танца под музыку по кругу, по диагонали, на середине зала;
- терминологию в соответствии с разделами программы;

должен уметь:

- исполнять прыжки по I, II и III позициям;
- исполнять выученные упражнения с движением рук и головы под музыку;
- двигаться под музыку рисунком;
- передать характер и настроения музыки при выполнении танцевальных движений;
- на слух определять характер музыкального произведения;
- правильно пройти в такт, музыку сохраняя красивую осанку и лёгкий шаг с носка, чувствовать характер музыки, отмечать в движении сильную долю такта, знать музыкальные размеры.

По окончании 3-го года обучения обучающийся должен знать:

- терминологию изученных элементов и движений эстрадного и современного танца;
- терминологию изученных элементов и движений джазового танца, танца модерн, contemporary;
- особенности движений современного танца;
- характерные положения рук;
- историю и техники современных направлений.

должен уметь:

- выполнять упражнения на станке и середине зала;
- выполнять изученные движения эстрадного и современного танца под музыку по кругу, по диагонали, на середине зала;
- исполнять классические прыжки, вращения по диагонали;
- чувствовать и понимать партнера;
- исполнять движения: полечка, подскоки, галоп, в паре одновременно, не обгоняя и не мешая друг другу;
- импровизировать на предложенную руководителем музыку;
- определять на слух характер музыкального произведения;
- начинать движения из затакта и в такт, вступая в коллективное движение в различных ритмах и темпах, с различным интервалом;
- выполнять упражнения на напряжение и расслабление мышц;
- владеть основными приемами и видами грима.

Метапредметные результаты

В результате обучения по программе ребёнок:

- приобрёл навыки и умения совместной деятельности в коллективе;
- знает алгоритм действий по работе в группе, осуществляет контроль своих действий;
- умеет слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;
- знает основы сценической культуры.

Результаты воспитания

Личностные результаты

В результате обучения по программе у ребёнка:

- сформирован интерес к занятиям хореографией;
- заложены основы творческой инициативы, наблюдается динамика хореографических способностей, исполнительской выразительности;
- развиты коммуникативные навыки, способность взаимодействовать с окружающими в соответствии с принятыми нормами;
- имеются социальные навыки участия в массовых мероприятиях (концертах);
- заложены основы нравственности, гуманизма, эстетического восприятия действительности;
- сформированы дисциплинированность, самостоятельность, трудолюбие, целеустремлённость (в соответствии с возрастом);
- устойчиво проявляются признаки сформированности гражданской позиции, патриотизма (в соответствии с возрастом).

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Таблица 4

№ п/п	Год обучения	Вариант учебного плана	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Количество резервных часов	Всего часов в учебном году	Режим занятий	Сроки проведения промежуточного, итогового контроля
1	1-3	1	01.09	31.05	≥36	≥36	68	≥4	≥72	1 раз в неделю по 2 часа	январь, май
		2	01.09	31.05	≥36	≥72	136	≥8	≥144	2 раза в неделю по 2 часа	ноябрь, январь, март, май

В соответствии с Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, Положением о рабочей программе к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» [Нормативно-правовые документы, 2, 4] календарный учебный график каждой учебной группы на каждый новый учебный год представлен в рабочей программе к дополнительной общеразвивающей программе «Танцевальный серпантин».

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Программа «Танцевальный серпантин» реализуется в кабинете хореографии общеобразовательной школы в рамках сетевого взаимодействия образовательных учреждений по договору о безвозмездном пользовании учебным помещением. Кабинет оборудован станками, зеркалами, оборудованием для воспроизведения музыки (колонки, музыкальный центр), индивидуальными гимнастическими ковриками, скамейками, экраном, проектором, персональным компьютером.

Помещение имеет возможность проветривания и хорошо освещается, имеет воду и канализацию.

Форма одежды обучающихся

Девочки: чёрный гимнастический купальник, черная юбка, черные балетки, белые носки, волосы собираются в пучок под сетку для волос.

Мальчики: чёрные шорты, чёрная футболка, черные балетки, белые носки.

Информационное обеспечение

1. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. Пособие /И.Э. Бриске; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. - Изд.2-ое, перераб., доп.-Челябинск, 2013- 180 с.

2. Барышникова Т. К. Азбука хореографии: Метод. указания в помощь учащимся и педагогам дет. хореогр. коллективов, балет. шк. и студий. - СПб.: РЕСПЕКС: ЛЮКСИ, 1996. - 252 с.
3. Хореография для всех: [Электронный ресурс]. Хореография для Всех, 2015-2019. URL:https://horeografiya.com/

Кадровые условия

В реализации программы участвует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональный уровень, соответствующий требованиям профессионального стандарта, обладающий профессионально-личностными компетенциями, необходимыми для оказания качественных дополнительных образовательных услуг и способный к организации обучения детей школьного возраста.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Отслеживание и оценивание результатов направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках обучающихся и на определение эффективности функционирования педагогического процесса.

К оцениванию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- дифференцированный подход.

Виды контроля в рамках программы подразделяются на стартовую диагностику (входной контроль), текущий контроль, промежуточный и итоговый контроль.

Стартовая диагностика проводится в начале 1-го учебного года, направлена на выявление способностей детей, даёт информацию об их музыкальном и ритмическом развитии (приложение 1).

Текущий контроль за развитием детей по предусмотренным программой направлениям осуществляется на учебных занятиях. У каждого ребенка имеется дневник, где педагог отмечает успехи детей, заносит рекомендации, замечания и предложения для родителей.

Формой промежуточного и итогового контроля являются контрольные занятия, открытые занятия (класс-концерты) в конце первого полугодия, учебного года. Основная форма итогового контроля - отчётный концерт по окончанию 3-го года обучения.

На контрольных и итоговых занятиях педагог осуществляет оценку предметного результата: усвоения теоретического и практического содержания программы посредством беседы, опроса, педагогического наблюдения за выполнением детьми контрольных упражнений. Варианты контрольных занятий по разделам программы представлены в приложении 2.

Важное значение в системе оценки результативности имеет успешность участия обучающихся в конкурсных мероприятиях различного уровня: фестивалях, конкурсах, творческих проектах и программах.

Фиксация сформированности личностных и метапредметных результатов происходит на основании педагогичного наблюдения за обучающимися в учебной, концертной, конкурсной деятельности.

Данные заносятся в табель промежуточного и итогового контроля, а также отражаются в диагностических картах мониторинга результативности реализации дополнительной общеразвивающей программы [Нормативные документы, 3].

Параметры оценивания успешности обучения по программе включают предметную подготовку, музыкально-ритмические способности, сценическую культуру.

Предметная подготовка: выполнение обучающимися контрольных заданий и упражнений по программному материалу.

Музыкально-ритмические способности:

- чувство музыкального ритма - комплексная способность, включающая в себя восприятие, понимание, исполнение, созидание ритмической стороны музыкальных образов;
- музыкально-ритмическая координация - умение согласовывать движения частей тела во времени пространстве под музыку.

Сценическая культура:

- эмоциональная выразительность - умение красиво и понятно для окружающих выражать свои эмоции и чувства;
- создание сценического образа.

Уровень освоения программы определяется соотнесением параметров и критериев результативности в соответствии с таблицей 4.

Таблица 4

Уровень / Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Предметная подготовка			
Комплексы заданий и упражнений	Выполнил все задания без ошибок	Практические задания выполнил с ошибками	С практическими заданиями не справился
Музыкально-ритмические способности			
Чувство ритма	Отличное чувство ритма	Среднее чувство ритма	Нет чувства ритма
Музыкально-ритмическая координация	Четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Не четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура			
Эмоциональная выразительность	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене	Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене	Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене
Создание сценического образа	Легко и быстро перевоплощается в нужный образ	Не сразу перевоплощается в нужный образ	Не может создать сценический образ

В МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» применяется единая **система мониторинговых исследований** для оценки предметных, метапредметных, личностных результатов реализации дополнительных общеразвивающих программ:

1. Изучение уровня развития качеств личности обучающихся (адаптированный вариант метода изучения воспитанности М.И. Шиловой);
2. Мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (теоретическая подготовка, практическая подготовка, основные общеучебные компетенции, творческие достижения) [Нормативные документы, 3].

Диагностические карты заполняются педагогом и анализируются при поддержке педагога-психолога трижды в течение учебного года. Постоянное изучение и анализ освоения каждым обучающимся теоретического и практического содержания программы, уровня развития личностных качеств обучающихся позволяют педагогу выстраивать процесс индивидуального роста каждого обучающегося, а также определять направления воспитательной работы с ученическим коллективом.

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Основные **педагогические принципы** реализации программы:

- дидактики («построение» учебного процесса от простого к сложному);
- учёта возрастных особенностей;
- индивидуализация (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям);
- творчества и успеха (индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности детей).

В реализации программы используются следующие педагогические **методы.**

1. Наглядный

- непосредственный показ педагогом движений под счет и под музыку;
- опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;
- просмотр видеоматериалов о хореографическом искусстве, классической и современной хореографии;
- посещение репетиций старших групп театра танца «Эдельвейс» и концертов других хореографических коллективов.

2. Словесный

- словесное обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения (объяснение, рассказ, пояснение, беседа).

3. Практический

- многократное повторение и отработка движений, композиций, постановок;

4. Метод рефлексии

- основан на индивидуальном переживании, самоанализе и осознании собственной ценности в реальной действительности.

5. Метод проблемной ситуации

- способствует творческой обстановке (работая над новой танцевальной комбинацией, педагог может завершить ее вариантом, предложенным одним из обучающихся, дети с интересом подключаются к этому творческому процессу).

В зависимости от особенностей раздела и темы программы **формы** организации деятельности учащихся на занятии могут предполагать, как работу со всей группой, так и по подгруппам или индивидуально с каждым ребенком.

Структура занятия

I часть занятия (вводная -10 минут)

1. Вход учащихся в танцевальный зал. Выстраиваются в линии в шахматном порядке.
2. Поклон педагогу, отметка посещаемости в журнале.
4. Обозначение темы и цели занятия.
5. Упражнения для разогрева мышц.

II часть занятия (основная - 25 минут)

1. Основы современного эстрадного танца
2. Партерная гимнастика.
3. Разучивание танцевальных элементов и комбинаций.

3 часть урока (заключительная -10 минут)

1. Закрепление материала занятия.
2. Построение в линии в шахматном порядке (занимают исходные места).
3. Поклон педагогу, выход из зала.

В ходе реализации программы применяются **дидактические материалы**:

- научная, специальная, методическая литература (см. список литературы);
- планы-конспекты учебных занятий, электронные разработки занятий для дистанционного обучения;
- контрольные упражнения по разным разделам программы;
- оценочные таблицы: табель промежуточной и итоговой аттестации, диагностические карты мониторинга результативности дополнительной общеразвивающей программы [Нормативные документы, 3];
- инструкции по технике безопасности.

2.5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

В соответствии с Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ», Положением о рабочей программе к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» [Нормативно-правовые документы, 2, 4] для каждой учебной группы на каждый новый учебный год составляется рабочая программа, содержащая особенности организации образовательного процесса для конкретного контингента обучающихся и условий реализации программы, календарный учебный график, календарно-тематический план.

Рабочая программа является отельным документом, согласовывается в установленном учреждением порядке.

2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые документы

1. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанных Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»: [Электрон.ресурс]. URL: /http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_253132/ (Дата обращения 10.08.2026).
2. Положение о дополнительной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» // Официальный сайт МБУ ДО «Кежемский ЦДТ https://цдт-кодинск.рф/. 2021-2026.
3. Положение о мониторинге (оценке) результатов реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» // Официальный сайт МБУ ДО «Кежемский ЦДТ. https://цдт-кодинск.рф/. 2021-2026.
4. Положение о рабочей программе к дополнительной общеразвивающей программе МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» // Официальный сайт МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» https://цдт-кодинск.рф/. 2021-2026.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (зарегистрирован 02.06.2026 №86855).
6. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электрон.ресурс] // Консультант Плюс. – URL: Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226) \ КонсультантПлюс (consultant.ru) (Дата обращения 10.08.2026).
7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»: [Электрон.ресурс] -

URL: 3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf (government.ru) (Дата обращения 10.08.2026).

8. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Кежемский центр детского творчества» // Официальный сайт МБУ ДО «Кежемский ЦДТ» https://цдт-кодинск.рф/. 2021-2026.

9. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ[Электрон.ресурс] // Консультант Плюс. - URL:http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (Дата обращения 10.08.2026).

Литература для педагога

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. — М.: Лань, Планета музыки, 2011. - 624 с.

2. Барышникова Т. К. Азбука хореографии: Метод. указания в помощь учащимся и педагогам дет. хореогр. коллективов, балет. шк. и студий. — СПб.: Респекс: Люкси, 1996. — 252 с.

3. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. пособие. — Изд. 2-ое, перераб., доп. — Челябинск, 2013. — 180 с.

4. Васенина Е. Российский современный танец. — М.: Запасный выход, 2009.

5. Диниц Е.В. Джазовые танцы. — М.: АСТ, 2010.

6. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. — Челябинск: ЧГАКИ, 2006. — 104 с.

7. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Составитель Аглиуллина Р.Ф. Региональный модельный центр дополнительного образования Красноярского края. - Красноярск, 2026.

8. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / Составитель Аглиулина Р.Ф. и др. — Красноярск: Региональный модельный центр дополнительного образования детей Красноярского края, 2021. — 31 с.

9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. — М.: Один из лучших, 2006. — 254 с.

10. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: этапы развития. Методика. Техника. — М.: Один из лучших, 2004. — 414 с.

11. Плахотнюк А.А. Формирование контемпорари джаз-танца (статья).

12. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие. — М.: Гуманитар.-изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 254 с.

13. Соловей С.Д. Оздоровление детей в организованных коллективах: практическое руководство. — СПб: Ривьера, 1995. — 120 с.

Литература для родителей

1. Бекасова С. Польза детской хореографии. Советы для родителей: [Электронный ресурс] // Международный образовательный портал МААМ. — URL: https://www.maam.ru/detskijsad/polza-detskoi-horeografi-sovety-dlja-roditelei.html

2. Дешкова И. Мозаика. Балет. Щелкунчик: книга для детей и их родителей**.-** М.: АСТ, 2025. - 143 с.

3. Щепина К.С. Рекомендации по хореографии для родителей: [Электронный ресурс] // Мультиурок. URL: https://multiurok.ru/files/rekomendatsii-dlia-roditelei-15.html

Литература для детей

1. Дешкова И. Мозаика. Балет. Щелкунчик: книга для детей и их родителей**.-** М.: АСТ, 2025. - 143 с.

2. Дубкова С. И. Жар Птица: балетные сказки и легенды / С. И. Дубкова. – Москва: Белый город, 2009. -335 с.

3. Мохова, П. Балет. Книга о безграничных возможностях / текст Полина Мохова; иллюстрации Анастасии Батищевой. - Москва:Манн, Иванов и Фербер (МИФ. Детство), 2017. – 47-48 с.

4. Ожич, Е. М. История танцев / Елена Михайловна Ожич; иллюстрации Юлии Марголиной. - Санкт-Петербург: Качели, 2017. -24 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Стартовая диагностика обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе «Танцевальный серпантин»

1. Предметная подготовка

Контрольные задания:

- гибкость: «Бутербродик» — складка: И.П. — сидя на полу, вытянуть ноги вперёд, руками скользить по ногам, будто намазывая масло на хлеб, полностью прижаться к ногам, удержать 3 счёта;
- осанка;
- прыжки (наличие толчка): И.П. — руки на поясе, стойка по 6-й позиции. Выполнить 10 прыжков с прямыми ногами. Оценивается лёгкость, чистота и высота исполнения;
- приседы: И.П. — руки на поясе, стойка по 6-й позиции. Выполнить 10 раз, вытягивая руки вперёд;
- прыжки на скакалке — 10 раз.

2. Музыкально-ритмические способности

Чувство ритма — игра «Ритмическое эхо».

Воспроизведение ритмического рисунка в хлопках под музыкальное сопровождение, методом включённого наблюдения оценивается правильность и чёткость исполнения.

Музыкально-ритмическая координация — метод «Логоритмика».

Задание: дети должны выполнить комплекс движений с одновременным проговариванием слов. Оценивается соответствие ритма движений ритму стихов.

3. Сценическая культура

Эмоциональная выразительность. Игра «Угадай эмоции».

Педагог передает карточку с фразой, ребенок отгадывает, какой эмоции она может принадлежать, и выражает. Остальные угадывают.

- Ты не любишь мороженое? (Удивление).
- Я злой и страшный серый волк! (Злость).
- Зачем ты меня толкнул? (Обида).
- Как темно в лесу! (Страх).
- Какое теплое море! (Радость).
- Никто со мной не играет (обида, грусть).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Контрольные занятия по дополнительной общеобразовательной программе «Танцевальный серпантин»

Тема контрольного занятия: «Партерная гимнастика»

Форма диагностики: контрольные задания и упражнения, педагогическое наблюдение.
Цель: выявить уровень физических данных обучающихся по программе. Контрольные задания проходят на выявление способностей и уровня подготовки по следующим показателям: пластичность, сила, выносливость, гибкость, равновесие.

ФИО учащегося	Пластичность			Сила	Выносливость		Гибкость	Равновесие
	Шпагаты	Гранд батман жете в партере во все направления	Складки	Выпады вперед и в сторону с работой корпуса	Отжимания и планка в комбинации	Удержание ног лежа на спине на 30 и 45 градусов	«Мосты» и наклоны корпуса в комбинации	Стойка на полупальцах на 2-х ногах по параллельным и выворотным позициям. Работа с passe с выходом на полупалец. Arabesgue в разных вариациях

Критерии уровня освоения ЗУН

Высокий уровень освоения
Максимально правильно исполняет все упражнения, выполняет полные шпагаты по всем направлениям. Складывается в полную «складку» в различных вариациях. Выполняет выпады вперед технически правильно с активной работой корпуса. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены в нужном количестве и продолжительны по времени. Наклоны корпуса и «мосты» выполнены легко, технически правильно с хорошим сгибанием корпуса назад.
Средний уровень освоения
Правильное исполнение некоторых упражнений, больше половины из всего комплекса. Выполнять правильно 2 полных шпагата в партере. «Складка» даже в самой простой форме имеет неполное соприкосновение корпуса и ног, но стремится к максимально правильному результату, мышцы мягкие и податливые. Выпады на одну ногу вперед технически правильные, но недостаточно глубокие и затруднена работа спины. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены в недостаточном объеме с техническими нарушениями. Наклоны корпуса и «мосты» выполнены легко, технически частично правильно.
Низкий уровень освоения
Большинство упражнений выполнено технически неправильно. Полных шпагатов нет, достаточно большое расстояние между полом и шпагатом.

Высокая и жесткая спина при выполнении складки. Выпады слабые и неустойчивые. Корпус при выполнении выпадов не работает. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены с ошибками и прерыванием комбинации.

Тема контрольного занятия: «Танцевальная комбинация»

Форма диагностики: оценка качества танцевального номера по критериям, педагогическое наблюдение.
Цель: выявить уровень исполнительского мастерства обучающихся по программе.
Критерии оценки качества танцевальной композиции:

- музыкальность и ритмичность исполнения;
- техничность исполнения;
- синхронность исполнения;
- артистизм исполнения.

Танцевальный этюд на основе постановки хореографического номера.

ФИО учащегося	Критерии оценки исполнения танцевального этюда			
	Музыкальность и ритмичность исполнения	Техничность исполнения	Синхронность исполнения	Артистизм исполнения

Критерии освоения ЗУН

Высокий уровень освоения
В исполнении танцевального этюда не допущены ошибки последовательности движений и комбинаций. Вся танцевальная композиция выполнена уверенно. Комбинации выполнены музыкально, все акценты выполнены лексически, движения соответствуют ритмическому рисунку, нет ни опережения, ни замедления комбинации в разрез музыкального материала. Все движения в этюде дотянуты, техника исполнения не нарушена. Сила и четкость прослеживается в исполнении движений. Учащийся легко ориентируется в пространстве танцевального зала, либо на сценической площадке. Умеет соблюдать расстояние между исполнителями, не выбивается из ансамбля. Умеет «растягивать» рисунок в соответствии с размером сценической площадки. У исполнителя приятное лицо, без напряжения, на лице сценическая улыбка.

Средний уровень освоения

В исполнении танцевального этюда допущены небольшие погрешности, бывает путаница в движениях и их последовательности. Вся танцевальная композиция выполнена недостаточно уверенно, «без сценической наглости

Низкий уровень освоения

В исполнении танцевального этюда допущены грубые ошибки. Слабая мышечная память. Вся танцевальная композиция выполнено слабо, нарушена последовательность движений. Исполнение не музыкальное, в разрез с ритмом музыкального сопровождения. Музыкальные акценты лексически не подтверждены. Технического исполнение слабое, нет силы и натянутости ног, расслабленный подъем, батманы на 90 и ниже выполнены. Четкости движений не наблюдается. «Безликое» исполнение, нет характера в движениях. Нет четкого понимания в точках танцевального зала, рисунки и синхронность нарушена. У исполнителя нет никаких эмоций, чересчур напряжено лицо у танцовщика.

Тема контрольного занятия: «Джазовый танец»

Форма диагностики: Контрольные задания и упражнения.

Цель: Выявить уровень физических данных обучающихся по программе. Контрольные задания проходят на выявление способностей и уровня подготовки по следующим показателям: координация, изоляция, ритмичность, техника исполнения, выразительность (актерское мастерство).

ФИО учащегося	Название учебной комбинации				
	Координация	Изоляция	ритмичность	Техника исполнения	Выразительность (актерское мастерство)

Критерии освоения ЗУН

Высокий уровень освоения

Учащийся максимально правильно и уверенно исполняет учебную комбинацию, приближаясь к «образцу». Движения скоординированы, четко выражена изоляция центров (голова, плечи, грудная клетка, пелвис), отсутствует лишнее напряжение в теле. Ритмический рисунок соблюден точно, все акценты выполнены лексически, нет опережения или замедления относительно музыкального сопровождения. Техника исполнения не нарушена: колени и стопы работают правильно, позиции рук и ног четкие, движения дотянуты. Прослеживается сила и четкость исполнения, хорошая амплитуда. Учащийся легко ориентируется в пространстве, уверенно держит рисунок танца. Исполнение выразительное, присутствует сценическая улыбка, лицо без напряжения, движения наполнены характером и эмоцией.

Средний уровень освоения

Учащийся правильно исполняет большую часть комбинации, но допускает небольшие погрешности в координации и изоляции центров. Ритмический рисунок в основном соблюден, однако возможны незначительные неточности в акцентах. Техника исполнения частично правильная: отдельные движения недостаточно дотянуты, есть небольшая расслабленность стоп и коленей, амплитуда движений средняя. Изоляция центров выражена недостаточно четко, иногда подключаются лишние части тела. Ориентация в пространстве уверенная, но рисунок танца может незначительно сбиваться. Выразительность присутствует, но эмоции недостаточно яркие, сценическая улыбка неустойчивая.

Низкий уровень освоения

Большинство движений комбинации выполнено технически неправильно. Координация нарушена, изоляция центров отсутствует или выполняется с грубыми ошибками. Ритмический рисунок не соблюден, исполнение не музыкальное, в разрез с ритмом музыкального сопровождения, акценты лексически не подтверждены. Техника исполнения слабая: нет натянутости ног, расслабленный подъем, позиции рук и ног нечеткие, движения не дотянуты. Учащийся плохо ориентируется в пространстве, рисунок танца и синхронность нарушены. Исполнение «безликое», нет характера в движениях, эмоции отсутствуют, лицо чересчур напряжено.

Тема контрольного занятия: «Танец модерн»

Форма диагностики: Контрольные задания и упражнения.

Цель: Выявить уровень физических данных обучающихся по программе. Контрольные задания проходят на выявление способностей и уровня подготовки по следующим показателям: координация, сила, выносливость, гибкость, равновесие, музыкальность.

ФИО уч-ся	Название учебной комбинации					
	Координация (Спирали и скручивания корпуса в комбинации)	Сила (Контракции и релизы в партере и в кросс-положениях)	Выносливость (Комбинация «падения и подъёмы» (fall and recovery))	Гибкость (Наклоны корпуса, «свинги» ног, работа в партере)	Равновесие (Удержание равновесия на одной ноге с работой корпуса (attitude, passé))	Музыкальность (Исполнение учебной комбинации под музыкальное сопровождение с акцентами)

Критерии освоения ЗУН

Высокий уровень освоения

Максимально правильно исполняет все упражнения и учебную комбинацию, движения приближены к «образцу». Владеет координацией: спирали и скручивания выполняет слитно, с чёткой работой корпуса и рук. Контракции и релизы выполняет технически правильно, с ощутимой работой мышц и

дыхания. Комбинация «падения и подъёмы» выполнена уверенно, с сохранением центра тяжести и контролем над телом. Наклоны и «свинги» выполнены легко, с хорошей амплитудой. Равновесие удерживает стабильно, без лишних компенсаций. Исполнение музыкально, все акценты совпадают с ритмическим рисунком.

Средний уровень освоения

Правильное исполнение больше половины упражнений комплекса. Координация в спиралях и скручиваниях в целом сохранена, но есть небольшие погрешности в работе корпуса. Контракции и релизы выполняются правильно, но недостаточно выразительно, с частичной потерей мышечного контроля. «Падения и подъёмы» выполнены с небольшими техническими нарушениями, не всегда сохраняется центр тяжести. Наклоны и «свинги» выполнены с недостаточной амплитудой. Равновесие удерживается с покачиваниями и компенсаторными движениями. Музыкальность в основном соблюдена, но есть незначительные опережения или замедления.

Низкий уровень освоения

Большинство упражнений выполнено технически неправильно. Координация нарушена: спирали и скручивания выполняются разрозненно, без связи корпуса и рук. Контракции и релизы слабые, мышечный контроль отсутствует. Комбинация «падения и подъёмы» выполнена с ошибками, потеря равновесия и центра тяжести. Наклоны и «свинги» выполнены с малой амплитудой, «жёстко». Равновесие не удерживается. Исполнение немузыкальное, акценты не совпадают с музыкальным сопровождением.

Тема контрольного занятия: «Contemporary dance»

Форма диагностики: Контрольные задания и упражнения.

Цель: Выявить уровень физических данных обучающихся по программе. Контрольные задания проходят на выявление способностей и уровня подготовки по следующим показателям: координация, сила, выносливость, гибкость, равновесие, музыкальность.

ФИО учащегося	Название учебной комбинации					
	Координация (Комбинация на основе spirals, tilts и curve)	Сила (Работа в партере: подъёмы корпуса, планки, работа с весом тела)	Выносливость (Комбинация «floor work» с переходами и подъёмами)	Гибкость (Наклоны, «свинги», работа в глубоком плие и выпадах)	Равновесие (Удержание равновесия в arabesque, attitude, passé с работой корпуса)	Музыкальность (Исполнение учебной комбинации под музыкальное сопровождение с акцентами)

Критерии освоения ЗУН

Высокий уровень освоения

Максимально правильно исполняет все упражнения и учебную комбинацию, движения приближены к «образцу». Координация в комбинации spirals, tilts и curve безупречна: переходы плавные, корпус и руки работают согласованно. Силовые элементы в партере выполнены технически правильно, с контролем мышц и дыхания. Комбинация «floor work» выполнена уверенно, с сохранением центра тяжести и плавными переходами. Наклоны, «свинги» и работа в глубоком плие и выпадах выполнены легко, с хорошей амплитудой. Равновесие в arabesque, attitude, passé удерживается стабильно. Исполнение музыкально, все акценты совпадают с ритмическим рисунком.

Средний уровень освоения

Правильное исполнение больше половины упражнений комплекса. Координация в spirals, tilts и curve в целом сохранена, но есть небольшие погрешности в переходах. Силовые элементы в партере выполнены правильно, но недостаточно выразительно, с частичной потерей мышечного контроля. «Floor work» выполнена с небольшими техническими нарушениями, не всегда сохраняется центр тяжести. Наклоны, «свинги» и работа в плие и выпадах выполнены с недостаточной амплитудой. Равновесие удерживается с покачиваниями и компенсаторными движениями. Музыкальность в основном соблюдена, но есть незначительные опережения или замедления.

Низкий уровень освоения

Большинство упражнений выполнено технически неправильно. Координация нарушена: spirals, tilts и curve выполняются разрозненно, без связи корпуса и рук. Силовые элементы в партере слабые, мышечный контроль отсутствует. «Floor work» выполнена с ошибками, потеря равновесия и центра тяжести. Наклоны, «свинги» и работа в плие и выпадах выполнены с малой амплитудой, «жёстко». Равновесие не удерживается. Исполнение немусыкальное, акценты не совпадают с музыкальным сопровождением.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

1.Основы партерной гимнастики

Упражнения 1 года обучения

Упражнения, способствующие исправлению осанки, подвижности позвоночника («Кошечка», «Змея», «Русалочка», «Прищепка-складка»).

- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («Улитка», «Морская звезда», «Лягушонок»).
- Упражнения на укрепление позвоночника («Улитка», «Уголок», «Неваляшка», «Лодочка», «Мост»).
- Упражнения, способствующие укреплению и эластичности мышц тазобедренного сустава («Бабочка», «Лягушка», «Кукла»).
- Упражнение, способствующее подвижности голеностопного сустава и формирования стопы («Ходьба», «Гусеница»).
- Упражнения, способствующие тренировке равновесия, апломба («Петушок», «Аист», «Ласточка»).
- Упражнения, способствующие развитию ощущения напряжения и расслабления мышц. («Тряпичные и фарфоровые куклы»).
- Упражнения на выработку выворотности ног («Лягушка», «Балерина»).
- Упражнения, способствующие укреплению мышечного корсета: «Прыгучая лягушка», «Мишкин дом», «Березка», «Лодочка», «Стрелочки», «Морковки».

Упражнения 2 года обучения

- Упражнения, способствующие исправлению осанки, подвижности позвоночника («Кошечка», «Змея», «Русалочка», «Прищепка-складка»).
- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («Улитка», «Морская звезда», «Лягушонок»).
- Упражнения на укрепление позвоночника («Улитка», «Уголок», «Неваляшка», «Лодочка», «Мост»).
- Упражнения, способствующие укреплению и эластичности мышц тазобедренного сустава («Бабочка», «Лягушка», «Кукла»).
- Упражнение, способствующее подвижности голеностопного сустава и формирования стопы («Ходьба», «Гусеница»).
- Упражнения, способствующие тренировке равновесия, апломба («Петушок», «Аист», «Ласточка»).
- Упражнения, способствующие развитию ощущения напряжения и расслабления мышц. («Тряпичные и фарфоровые куклы»).

- Упражнения на выработку выворотности ног («Лягушка», «Балерина»).
- Упражнения, способствующие укреплению мышечного корсета: «Прыгучая лягушка», «Мишкин дом», «Березка», «Лодочка», «Стрелочки», «Морковки».
- Упражнения, способствующие развитию выворотности бедра и формированию танцевального шага: «Часики», «Рогатка», «Бабочка».
- Упражнения, способствующие подвижности голеностопного сустава: «Свечка».
- Упражнения, способствующие развитию выворотности стоп: «Лягушка», «Крючок».
- Упражнения, способствующие развитию равновесия: «Ласточка».
- Упражнения, способствующие развитию прыгучести: прыжки на скакалке, «Лягушка», «Мячики».

Игры:
- на развитие выносливости («Лето-зима», «Поймай меня, если сможешь», «Колдунчики»);
- на развития внимательности («Найди ведущего», «Спящий котенок», «Ловля обезьян»);
- на развитие ловкости, силовых и скоростных навыков движения («Кто ловчее?», «Перелет птиц»).

2.Основы музыкальной грамоты

Упражнения 1 года обучения

Развитие умения останавливать движение с прекращением музыки. «Остановки» «Магазин игрушек»

2. Знакомство с характером музыкального произведения (грустное – весёлое). «Воробьи и вороны» «Торопыги и засони»

3. Понятие о музыкальном темпе (медленно – быстро). «Торопыги и засони», «Ниточка и иголочка»

4. Развитие навыка точно начинать движение после вступления. «Колдунчики»

5. Понятие о такте и его завершении. «Дружба» «Лягушка»

6. Развитие умения «прохлопать» простейшие ритмический рисунок. «Маленькой ёлочке» «Эхо»

Упражнения 2 года обучения

Развивающие игры для закрепления

- Закрепление навыка самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыкального сопровождения «Магазин игрушек», «Море волнуется раз…», «Островки»
- Сильная и слабая доли такта (выделение в движениях) «Дружба», «Лягушка», «Самолёт»
- Характер музыкального произведения (спокойный, энергичный, торжественный и т.п.) «Магазин игрушек», «Дрессировщик»

- Формирование понятия о динамике в музыке (тихо, громко и т.д.) «Весёлые ладошки»
- Понятие о музыкальном предложении «Мышеловка», «Яблоко и червячок»
- Умение прохлопать заданный ритмический рисунок «Ритм-загадка»
- Работа по ускорению и замедлению движения в зависимости от музыкального сопровождения «Торопыги и засони».

Навыки выразительного движения

Упражнения 1 года обучения
Комбинации с использованием различных видов бега и шагов.
- Дополнительные упражнения, способствующие закреплению понятия о правой и левой стороне: «хлоп – хлоп», «любопытная Варвара»
- Для развития воображения и творческой активности детей:
-игры – превращения («На бабушкином дворе», «Лесная зверобика»);
- игры – миниатюры («Шарик», «Качели», «Арбуз», «Пузырь»);
-игры, развивающие ориентацию в пространстве («Ниточка и иголочка», «Змея», «Прогулка»);
Танцевальные этюды:
- массовые этюды («Паровозик», «Неваляшки»);
- детские парные этюды («Ладошки», «Дружба»);
- детские линейные этюды («Стирка», «Школьник»).

Упражнения 2 года обучения
Развивающие игры:
- игры на развитие ориентации в пространстве («Запретная точка», «Солнышко и дождик», «Найди свой домик»)
- имитационные игры («Кот и мыши», «Лиса и зайцы», «Цапля»)
- игры на развитие воображения («Скульптор», «Садовник», «Фотография») -
- игры на развития внимания («Запретное движение», «Паук и бабочки»). Упражнения, способствующие восприятию потребности к самовыражению в движении по музыку («Жили у бабуси…», «В траве сидел кузнечик…). Детские линейные этюды («Кенгуру», «Тук-тук», «Пальчик»).