ПИОНЕР
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА

ДЕПАРТАМЕНТ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА «ПИОНЕР»

«Утверждаю»
Директор ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер»
Н.И. Тужик _____
«17» 04 2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности по хореографическому искусству

Возраст обучающихся: от 5 лет и старше

Нормативный срок освоения программы: 10 лет

Авторы-составители:
Соболь В.А., Малахова Е.П.,
педагоги дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Принята на заседании методического совета
ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»
Протокол № 6 от 17.04.2026 г.

Тюмень, 2026

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»:

1.1. паспорт программы ……1
1.2. аннотации к рабочим программам дисциплин……..4
1.3. пояснительная записка……..7
1.4. цель и задачи программы……...12
1.5. планируемые результаты……12
1.6. содержание программы……...13

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1. учебный план……36
2.2. календарный учебный график……...38
2.3. виды и формы контроля……..39
2.4. оценочные материалы……..39
2.5. методические материалы……49
2.6. требования техники безопасности в процессе реализации программы….52
2.7. рабочая программа воспитания ……...59
2.8. календарный план воспитательной работы……...61

Раздел № 3 «Ресурсное обеспечение»:

3.1. условия реализации……68
3.2. список литературы……...68

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Паспорт дополнительной общеразвивающей программы по хореографическому искусству (художественная направленность)

Программа является *многоуровневой*. Каждый уровень направлен на формирование и освоение определенных компетенций. Обучающиеся зачисляются на конкретный уровень в соответствии с возрастом и физическими возможностями.

Свидетельство об окончании обучении выдается воспитанникам, успешно освоившим базовый уровень программы и не менее 2 лет продвинутого уровня программы. Программа реализуется на стартовом, базовом и продвинутом уровне сложности не менее 10 лет в объеме 1872 академических часа.

Уровень сложности	Описание уровня, планируемых результатов освоения программы	Формы организации образовательной деятельности, наполняемость групп	Нормативный срок освоения программы (срок реализации каждого уровня)	Возраст обучающихся, адресат деятельности
Стартовый (общекультурный)	На стартовом этапе обучающиеся с помощью музыки, ритмических движений и танцевальных игр познакомятся с основами хореографии, приобретут элементарные знания, умения и навыки исполнительства. На стартовый уровень программы принимаются обучающиеся без предъявления требований к их способностям и подготовке. По окончании уровня обучающиеся должны уметь соблюдать правила поведения на уроке и технику безопасности в хореографическом классе. Откликаться на ритмические рисунки, ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, определять характер музыки и темп. Владеть навыками предмета «партерная гимнастика», красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх. На стартовый уровень программы принимаются обучающиеся без предъявления каких-либо	Групповая от 12 человек. Группы формируются по возрастному принципу.	2 года (72 учебных недели)	Дети в возрасте от 5 лет

	специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам, без медицинских противопоказаний. Полученные знания воспитанники продемонстрируют на открытых занятиях.			
Базовый	На базовом этапе изучаются основные элементы различных видов хореографического искусства: эстрадного, классического, народно-сценического, современного танцев, а также комплексы танцевальной гимнастики на развитие физических данных. Формируется умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, воспитывается культура общения с партнером, навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, артистичность. На базовом этапе обучающиеся укрепят и разовьют опорно-двигательный аппарат. Направление танцевального жанра (современный или эстрадный танец), а также конкретный танцевальный коллектив, обучающиеся выбирают по желанию и рекомендациям педагогов. На базовый уровень принимаются обучающиеся показавшие необходимые знания и умения. При этом перевод на следующий год обучения осуществляется при успешном освоении предыдущего; группа определяется, исходя из уровня готовности обучающихся, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. На данном этапе обучающиеся должны знать танцевальную терминологию, уметь создать образ в танце, правильно распределять физическую нагрузку, владеть исполнительской техникой.	Групповая от 12 человек. Группы формируются по возрастному принципу.	6 лет (216 учебных недели)	Дети в возрасте от 6 лет

	Результатом освоения базового уровня станут выступления на открытых уроках и отчетных мероприятиях, концертах, а также участие в городских и областных фестивалях.			
Продвинутый	На продвинутом уровне происходит увеличение мышечной нагрузки, усложнение лексики, композиции танцевальных номеров, введение новых технических приемов, подготовленных предыдущим этапом обучения. Изучение элементов выбранного танцевального направления (народного/эстрадного/современного) более детальное и углублённое. На продвинутый уровень зачисляются обучающиеся, успешно закончившие базовый уровень программы. Обучающиеся, успешно прошедшие 2 года продвинутого уровня программы получают свидетельство установленного образца. Основной задачей уровня является углублённое изучение танцевальных элементов различных видов хореографического искусства. На продвинутом уровне воспитанники осваивают репертуар ансамбля, совершенствуют навыки координации и исполнительской техники. Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках, концертах, отчетных мероприятиях, городских, областных и всероссийских фестивалях и конкурсах.	Групповая от 12 человек. Группы формируются по возрастному принципу и по уровню исполнительского мастерства.	2 года и более (72 и более учебных недель)	Дети в возрасте от 13 лет

1.2. Аннотации к рабочим программам дисциплин, предусмотренных программой:

Ритмика

Основной целью дисциплины «Ритмика» является развитие творческих способностей и качеств личности, формирование музыкально-ритмических и двигательных навыков. Дисциплина включает в себя изучение простых танцевальных элементов, ритмических комбинаций и рисунков, знакомит с характером, ритмом и темпом музыки, формирует навыки координации. Занятия включают в себя три раздела: танцевально-ритмические упражнения и композиции, музыкально-ритмические игры и элементы партерной гимнастики. С целью успешного освоения дисциплины педагог применяет традиционные и инновационные подходы в обучении танцу. Форма занятий групповая. Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия и по итогам всего учебного года проводится в форме открытого занятия.

Данная дисциплина является обязательной и изучается на стартовом уровне в следующих творческих объединениях:

На стартовом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

Классический танец

Дисциплина «Классический танец» занимает особое место среди других специальных предметов, являясь фундаментом всей танцевальной подготовки и основой высокой исполнительской культуры.

Классический танец необходим в учебном процессе как система, воспитывающая сумму универсальных качеств, исполнительский потенциал учащихся, обладание которым позволяет им осваивать разнообразный танцевальный материал. Основная цель программы - обучение воспитанников основам классического танца, развитие исполнительской техники и культуры движения. Осуществляется постановка корпуса, рук, ног, головы, формируется танцевальная осанка, отрабатывается техника прыжка и вращений. Форма занятий групповая. Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия и по итогам всего учебного года проводится в форме открытого занятия.

Данная дисциплина является обязательной и изучается в следующих творческих объединениях:

На базовом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

На продвинутом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

Эстрадный танец

Дисциплина «Эстрадный танец» включает в себя изучение элементов и основных движений эстрадного танца. Развивает творческие способности, воображение, артистизм. Формирует выразительные движенческие навыки, координацию, развивает слух, темпо-метро-ритм. Занятия эстрадным танцем формируют навыки ансамблевого исполнения и сценических выступлений. Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Форма занятий - групповая. Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках и концертных выступлениях. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия проводится в форме открытого занятия и по итогам года в форме открытого занятия и концертных выступлений.

Данная дисциплина является обязательной и изучается в следующих творческих объединениях:

На базовом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал»;

На продвинутом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», театр «Европа».

Современный танец

Дисциплина «Современный танец» включает в себя изучение элементов и основных движений современного танца, который имеет свою лексику, стилистику и технику исполнения, в корне отличающиеся от классического и народного танца; позволяет выработать необходимые для исполнителя современного танца качества: координацию, чувство ритма, свободу тела, ориентацию в сценическом пространстве, умение импровизировать. Это достигается целостной системой упражнений, построенных на основных законах танца: полицентрии и полиритмии, мультипликации и других принципах, отличных от техники классического танца. Форма занятий - групповая. Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия и по итогам года проводится в форме открытого занятия. Данная дисциплина является обязательной и изучается в следующих творческих объединениях:

На базовом уровне: Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

На продвинутом уровне: Театр «Европа», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

Ансамбль

Учебная дисциплина «Ансамбль» неразрывно связана со всеми предметами общеразвивающей программы по хореографическому искусству. На занятиях применяются знания, умения, навыки, приобретенные учащимися на уроках эстрадного, современного, классического танца, танцевальной гимнастики. Учебный предмет направлен на приобретение обучающимися первичных умений исполнения сценического репертуара на сцене концертного зала учебного учреждения, в выступлениях в рамках культурных мероприятий города, на участие в фестивалях, смотрах и конкурсах. Процесс подготовки концертных номеров формирует у детей исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого ребёнка. Учащиеся получают возможность раскрыть заложенные в каждом из них творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения. Аттестация по итогам I полугодия и итогам года проводится в форме концертных выступлений.

Данная дисциплина является обязательной и изучается в следующих творческих объединениях:

На базовом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

На продвинутом уровне: Ансамбль эстрадного танца «Карнавал», театр «Европа», Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

1.3. Пояснительная записка

Танец – самый прекрасный и завораживающий вид искусства. Он таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания - сочетает в себе не только двигательную активность, но и эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Хореография располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию его двигательного аппарата и необходимых двигательных навыков, например - тренировать мышечную силу, пластику рук, грацию и выразительность всего тела, формировать правильную осанку. Достижению этих целей прекрасно служат регулярные занятия хореографией, что особенно важно при нынешнем состоянии здоровья подрастающего поколения.

Танцевальное искусство играет ключевую роль в эстетическом, нравственном и патриотическом воспитании личности. Оно развивает художественный вкус, творческую фантазию и музыкальные способности ребенка, а также улучшает физическое состояние, укрепляет здоровье и формирует красивую фигуру. Танец помогает выразить жизнерадостность и активность, развивает воображение и реализует творческие задатки.

Танцевальный коллектив создает условия для развития творческих способностей участников, начиная с пробуждения интереса к танцу и заканчивая профессиональным ростом. Деятельность коллектива направлена на погружение в мировую танцевальную культуру и классическое наследие.

Опираясь на вышеперечисленные факты педагогами хореографического направления ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер» была разработана программа художественной направленности, объединившая множество танцевальных направлений от классического и народного танца, до современных форм, таких как джаз-модерн и контемпорари, в которых ребенок сможет реализовать свой творческий потенциал. Занятия по данной программе дают детям возможность социально адаптироваться, получить яркие эмоциональные впечатления от учебно-творческого процесса, от выступлений на концертах и конкурсах, как итога личных устремлений, пика артистичности и выразительности, как высшей точки большой коллективной работы.

Актуальность. ДООП по хореографическому искусству разработана в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года и нацелена на создание условий для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности. Танец - это средство формирования культурных потребностей и интересов детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства, а также формирование у детей общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности.

Новизна программы

В настоящее время в системе образования происходит процесс интеграции традиционных и инновационных подходов в обучении. Для создания условий раскрытия и развития творческого потенциала воспитанников, формирования у них устойчивой мотивации к занятиям хореографией и достижения ими высокого творческого результата используются различные инновационные технологии.

Программой предусмотрены следующие новшества:

- система обучения танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка;
- соблюдается личностный подход в обучении танцу;
- танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

Разнообразные виды ритмики на народно-танцевальной основе, образная партерная гимнастика, национальная хореография, элементы классического и современного танца, свободная пластика и импровизация – всё это обеспечивает многовекторный, гармоничный и комплексный характер обучения.

Программа разработана в соответствии с требованиями:

"Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018 – 2027 годы.

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (изм. от 20.04.2021).

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».

Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изм. от 5.04.2021).

Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (изм. от 5.04.2021).

Паспорт национального проекта «Образование», утвержденного президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденного протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года № 3.

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Распоряжение Правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».

Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» // зарег. в Минюсте 18.12.2020 № 61573.

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

Приказ Минпросвещения России от 2 февраля 2021 г. № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Минпросвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»

Приказ Минпросвещения России от 02 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

Приказ Минпросвещения России от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы – художественная

Целевая аудитория: дети в возрасте 5-18 лет

Язык обучения: русский

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся.

5-6 лет (дошкольный возраст). Дети в этом возрасте отличаются высокой подвижностью, стремлением к игре и активной подражательностью. Их внимание ещё непроизвольное, однако они уже способны концентрироваться на простых заданиях. Развиты фантазия и воображение. Физически дети становятся более ловкими, улучшается координация движений. Начинают проявляться первые признаки самоконтроля.

7-10 лет (младший школьный возраст). В этом возрасте активно развивается произвольное внимание и память. Дети легче усваивают учебные задания, хотя ещё нуждаются в игровой мотивации. Улучшается координация и физическая выносливость. Появляется желание демонстрировать свои успехи, растёт интерес к социальным взаимодействиям и сотрудничеству.

11-13 лет (средний школьный возраст). Этот период характеризуется интенсивным физическим развитием и началом полового созревания. Дети начинают больше интересоваться социальными ролями и взаимоотношениями со сверстниками. Возникает потребность в самоутверждении и признании. Мышление становится более абстрактным, улучшается способность к анализу и синтезу информации.

14-16 лет (старший подростковый возраст). В подростковом возрасте усиливается критичность мышления, появляется склонность к рефлексии и самопознанию. Социальные связи выходят на первый план, большое значение имеют мнение сверстников и принадлежность к группе. Продолжается физическое созревание, повышается выносливость и сила.

17-18 лет (ранняя юность). Юноши и девушки обретают большую независимость и самостоятельность. У них формируются профессиональные интересы и планы на будущее. Мышление становится более зрелым, критичным и логичным. Эмоциональный фон стабилизируется, возрастает способность к саморегуляции.

Наполняемость учебной группы:

Количество детей в группах - от 12 до 15 человек. В зависимости от состава учащихся, группы комплектуются из девочек и мальчиков.

Порядок и наименование групп обучающихся:

- ПГ – подготовительная группа (5-6 лет)
- МГ – младшая группа (6-9 лет)
- СрГ – средняя группа (10-12 лет)
- СтГ – старшая группа (13-17 лет)
- В – взрослые (от 17 лет)
- СГ – смешанная по возрасту группа

Уровень программы – ДООП по хореографическому искусству реализуется на стартовом, базовом, продвинутом уровне сложности

Объем: 1872 академических часа.

Срок освоения программы: 10 лет.

- стартовый (срок освоения 2 года, 72 учебных недели, возраст от 5 лет)
- базовый (срок освоения 6 лет, 216 учебных недели, возраст 6-12 лет)
- продвинутый (срок освоения 2 года, 72 и более учебных недель, возраст от 13 лет)

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий

Структура программы

Программа предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков обучающихся, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам и уровням обучения с учетом возрастных, физических и психологических особенностей детей.

В ходе реализации данной программы можно выделить 3 последовательных уровня обучения:

- стартовый (срок освоения 2 года, возраст 5-6 лет)
- базовый (срок освоения 6 лет, возраст 6-12 лет)
- продвинутый (срок освоения 2 года, возраст от 13 лет)

На **Стартовом уровне** основной целью является *приобщение* максимального числа детей к хореографическому искусству. С помощью музыки, ритмических движений и танцевальных игр познакомить воспитанников с основами хореографии, дать понятие элементарных умений, знаний и навыков исполнительства.

По окончании уровня обучающиеся должны уметь соблюдать правила поведения на уроке и технику безопасности в хореографическом классе. Откликаться на ритмические рисунки, ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, определять характер музыки и темп. Владеть навыками предмета партерная гимнастика, красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх.

На стартовый уровень программы принимаются обучающиеся без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам, без медицинских противопоказаний.

Полученные знания воспитанники продемонстрируют на открытых занятиях.

Базовый уровень предполагает изучение воспитанниками основных элементов различных видов хореографического искусства: народно-сценического, эстрадного, современного и классического танцев, а также различные комплексы танцевальной

гимнастики на развитие физических данных. У обучающихся формируется умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, воспитывается культура общения с партнером, навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, артистичность. На базовом этапе у обучающихся укрепляется и развивается опорно-двигательный аппарат.

На базовый уровень принимаются обучающиеся, показавшие необходимые знания и умения, без предъявления специальных требований.

На **Продвинутый уровень** сложности принимаются обучающиеся, успешно освоившие базовый курс данной программы, репертуар ансамбля и обладающие необходимыми хореографическими знаниями и навыками.

На данном уровне происходит увеличение мышечной нагрузки, усложнение лексики, композиции танцевальных номеров, введение новых технических приемов, подготовленных предыдущим этапом обучения. Воспитанники совершенствуют, развивают и закрепляют социальные координационные навыки и умения, воображение и артистизм. Осваивают навыки грамотного и выразительного владения техникой. Овладевают терминологией и профессиональными понятиями хореографического искусства, различными музыкальными темпами и ритмическими ресурсами в комбинационных сочетаниях. Изучают методику исполнения движений.

Обучающиеся, успешно прошедшие 2 года продвинутого уровня программы получают свидетельство установленного образца. Основной задачей уровня является углублённое изучение танцевальных элементов различных видов хореографического искусства.

Форма обучения – очная.

Форма реализации - с применением дистанционных образовательных технологий.

Дистанционное обучение осуществляется на основе цифровых образовательных ресурсов, разрабатываемых с учетом требований законодательства.

Педагог создает обучающий курс на основе программы, наполняя его содержимым в виде лекций, звуковых и видеофайлов, презентаций, тестовых заданий и т. д. с учётом изменений и нововведений, произошедших за период массового внедрения цифровых технологий, и учитывает изменившееся условия образовательной деятельности.

Материалы для изучения и вспомогательные материалы размещаются в формате массового открытого онлайн-курса на платформе «ПИОНЕР ОНЛАЙН», занятия проходят в формате видеоконференцсвязи через современные мобильные сервисы. Так же при необходимости педагогом проводятся индивидуальные консультации с обучающимися.

Практические занятия преимущественно осваиваются очно, в непосредственном контакте с педагогом.

Организация обучения при использовании дистанционных образовательных технологий основывается на **принципах**:

- общедоступности, индивидуализации обучения, помощи и наставничества;
- адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию разных дидактических моделей проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий;
- гибкости, дающий возможность участникам образовательного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;

- модульности, позволяющий использовать обучающемуся и преподавателю необходимые им отдельные составляющие учебного курса для реализации индивидуальных учебных планов;
- оперативности и объективности оценивания учебных достижений обучающихся.

1.4. Цель и задачи программы

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий

Цель: формирование у обучающихся знаний о многообразии мировой танцевальной культуры, развитие физических и творческих способностей через освоение танцевальных техник различных народов, а также воспитание уважения к культурному наследию и традициям разных стран.

Задачи:

Обучающие.

- Ознакомление с историей и особенностями танцев народов мира.
- Изучение основных танцевальных движений и основных хореографических стилей и жанров.
- Обучение навыкам ансамблевой и концертной деятельности.
- Формирование знаний о культурных особенностях, стилистике современной и эстрадной хореографии и характерной манере исполнения.

Развивающие.

- Развитие физической выносливости, координации движений и пластичности.
- Стимулирование творческих способностей и творческого воображения детей через движения
- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.
- Совершенствование коммуникативных навыков через групповые танцы и взаимодействие с партнерами.

Воспитательные.

- Воспитание уважения и толерантности к различным культурам и традициям.
- Формирование чувства гордости за культурное наследие своего народа.
- Развитие умения работать в команде и способствовать созданию дружной и поддерживающей атмосферы в коллективе.
- Воспитание ответственности и дисциплинированности через регулярные тренировки и подготовку к выступлениям.

1.5. Планируемые результаты:

Предметные.

- Обучающиеся знают основные исторические факты и характерные черты танцев различных народов мира.
- Обучающиеся умеют выполнять основные танцевальные движения и технические элементы различных стилей и жанров.
- Обучающиеся обладают навыкам ансамблевой и концертной деятельности.
- Обучающиеся понимают культурные особенности, стилистику современной и эстрадной хореографии и характерную манеру исполнения.

Метапредметные.

- Обучающиеся демонстрируют улучшенную физическую форму, хорошую координацию движений и повышенную гибкость.

- Обучающиеся проявляют оригинальность и креативность в импровизированных танцевальных композициях, развивают способность к самовыражению через движение.
- Обучающиеся точно воспринимают музыкальные ритмы и мелодии, синхронно двигаясь под музыку и сохраняя ритм.
- Обучающиеся уверенно работают в группах, налаживают эффективное взаимодействие с партнерами, развивают навыки невербального общения и сотрудничества.

Личностные.

- Обучающиеся проявляют глубокое уважение к культурным особенностям и традициям разных народов, осознавая их уникальность и ценность.
- Обучающиеся испытывают гордость за культурное наследие своего народа, стремятся сохранять и популяризировать национальные традиции.
- Обучающиеся эффективно сотрудничают в группе, поддерживают друг друга, способствуют созданию дружелюбной и мотивирующей обстановки в коллективе.
- Обучающиеся демонстрируют высокий уровень ответственности и дисциплины, регулярно посещают тренировки и ответственно готовятся к выступлениям.

1.6. Содержание программы

Дисциплина: «Ритмика»

Стартовый уровень

Теория 24 (min 12 ч.)

Практика 120 (min 60 ч.)

Основной целью дисциплины «Ритмика» является развитие творческих способностей и качеств личности, формирование музыкально-ритмических и двигательных навыков. Дисциплина включает в себя изучение простых танцевальных элементов, ритмических комбинаций и рисунков, знакомит с характером, ритмом и темпом музыки, формирует навыки координации.

Входной контроль: педагогическое наблюдение

Раздел 1 **Музыкально-ритмические занятия**

Теория:

- Знакомство с музыкой, ритмом и темпом.
- Основные сведения и понятия, которые необходимо знать воспитанникам для общего развития и грамотного сознательного подхода к музыкальному сопровождению. Практические занятия этого раздела способствуют развитию музыкальности, чувства ритма и эмоциональной отзывчивости на музыку;
- Воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, музыкальные произведения и их авторов;
- Развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька и т. д) песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях;

Практика:

- Музыкальные, подвижные игры – для определения мелодии, в соответствии с темпом, для определения размера музыкального произведения, с динамическими оттенками музыки, в соответствии с построением музыкального произведения.
- Выполнение движений с использованием различной музыки, темпа и ритма;
- Движение на разные темпы после остановки музыки, переключение из одного темпа в другой.
- Развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- Развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- Упражнения для головы, рук, ног и корпуса в разном характере, ритме и темпе;

Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, Анализ достижений

Раздел 2. **Развивающие упражнения**

Теория:

- Сведения, понятия, которые надо знать обучающимся для сознательного восприятия танцевального материала. Здесь же даны правила исполнения упражнений, обеспечивающих общее развитие двигательного аппарата и выработку хорошей осанки, гибкости и специальных технических навыков;

Практика:

- Шаги, бег с высоким подниманием колен, бег с подниманием ног назад;
- Разогрев мышц шеи и плечевого пояса;
- Упражнения для координации, разогрев частей тела;
- Упражнения для корпуса, наклоны вперед, назад и в стороны;
- Прыжки;
- Объединение различных отдельных движений в танцевальные комбинации.
- Усложнения танцевальных движений, добавление головы, рук с одновременным выполнением прыжков, вращений, шагов и т.д.
- Перекидные у станка, передвижение на руках с забрасыванием ног под себя;
- Перевороты на полу (подготовка), колесо;
- Укрепление кистей рук. Укрепление рук стоя у станка на руках;
- Передвижение на руках и ногах «Паук», Перекаты на полу «горошинки».

Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, Анализ достижений

Раздел 3. **Изучение основных танцевальных движений, рисунков и фигур в танце**

Теория:

- Знакомство с традиционной, фольклорной хореографией. На уроках дети постигают основы танцевальной культуры через игры, в которых используются инструментальная музыка, пение, простые танцевальные элементы. Важно, что при этом внимание играющих направлено на партнеров по игре, танцу, а не на механическое заучивание хореографических элементов.

Практика:

- Танцевальные игры, детские массовые танцы, бесконтактные (линейные) и контактные (парные) танцы, исполняемые под современную музыку или под знакомые детские песни (например, из мультфильмов).
- Движение по кругу, по диагонали, по линиям;
- Построение в линию, в колонну, большой круг, маленький круг.

- Галоп по прямой и по кругу; прочес по линиям, зигзаг; сужение и расширение круга; «Воротца», «Звездочка», «Корзиночка»

Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, Анализ достижений

Раздел 4. **Партерная гимнастика**

Теория:

Изучение техники исполнения упражнений в партере, направленных на увеличение подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Практика:

- Упражнения для стоп,
- Упражнения для развития выворотности,
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения на развитие шага («растяжка»)

Усложнения формы партерной гимнастики на середине зала (растяжки, наклоны, слитные движения).

Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. **Промежуточная аттестация** по итогам I полугодия и по итогам всего учебного года проводится в форме открытого занятия.

Дисциплина: «Классический танец»

Базовый уровень

Классический танец необходим в учебном процессе как система, воспитывающая сумму универсальных качеств, исполнительский потенциал учащихся, обладание которым позволяет им осваивать разнообразный танцевальный материал. В дисциплину «Классический танец» входит раздел «танцевальная гимнастика», который способствует формированию и развитию основных физических качеств и двигательных способностей обучающихся. На разных уровнях освоения программы происходит усложнение тренировочных комплексов.

Основная цель программы - обучение воспитанников основам классического танца, развитие исполнительской техники и культуры движения. Осуществляется постановка корпуса, рук, ног, головы, формируется танцевальная осанка, отрабатывается техника прыжка и вращений.

Базовый уровень

Теория 72 (min 12 ч.)

Практика 360 (min 60 ч.)

Входной контроль: Педагогическое наблюдение

Раздел 1. **Экзерсис у палки**

Теория:

- изучение «азбуки» классического танца;
- развитие элементарных навыков координации движений;
- развитие музыкального слуха учащихся.

Практика:

- постановка корпуса, ног, рук и головы на простейших упражнениях классического тренажа;
- развитие силы ног и шага (изучение движений на 90 градусов);

1. DEMI PLIÉ И GRAND PLIÉ по IV позиции. Музыкальный размер 1 такт 4/4.

2. BATTEMENT TENDU из V позиции на 1/4. Музыкальный размер 2/4.
3. BATTEMENT TENDU JETÉ из V позиции на 1/4. Музыкальный размер 2/4.
4. ROND DE JAMBE PAR TERRE на PLIÉ EN DEHORS и EN DEDANS (обводка). Музыкальный размер 4 такта 3/4.
5. Третье PORT DE BRAS с PLIÉ на опорной ноге (растяжка). Музыкальный размер 2 такта 4/4, 4 такта 3/4.
6. BATTEMENT FRAPPÉ во все направления на 45º на 1/4. Музыкальный размер 2/4.
7. Полуповороты в V позиции с переменой ног на полупальцах (на 180º) к палке, от палки: - без plié, - с demi plié. музыкальный размер 1 такт 4/4.
8. BATTEMENT SOUTENU на целой стопе с открыванием ноги на 45º во все направления из V позиции в V Музыкальный размер 1 такт 4/4.
9. DEMI ROND DE JAMBE на 45º EN DEHORS и EN DEDANS на 1/4 круга. Музыкальный размер 1 такт 4/4, музыкальный размер 2 такта 3/4.
10. PETIT BATTEMENT на целой стопе с акцентом вперед и назад. Музыкальный размер 2/4, (движение на 1/4).
11. BATTEMENT DOUBLE FONDU на целой стопе во все направления. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
12. BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ на целой стопе во все направления. Музыкальный размер 2/4, движение на 1/4.
13. BATTEMENT FONDU с PLIÉ-RELEVÉ во все направления. Исполняется на целой стопе. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
14. ROND DE JAMBE EN L´AIR EN DEHORS и EN DEDANS на целой стопе. Музыкальный размер 4/4, движение на 2/4. Увеличивается количество до 5-6 раз.
15. BATTEMENT DÉVELOPPÉ PASSÉ. Музыкальный размер 4/4.
16. GRAND BATTEMENT JETÉ POINTÉ во все направления. Музыкальный размер 1 такт 4/4, 2 такта 2/4.

Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, анализ достижений

Раздел 2. **Экзерсис на середине**

Теория:

- Понятие выразительности - рук, корпуса;
- Изучение основных поз классического танца.

Практика:

1. TEMPS LIÉ PAR TERRE. Музыкальный размер 8 тактов 3/4.
2. BATTEMENT TENDU в маленькие и большие позы: CROISÉ, EFFACÉ. Музыкальный размер 2/4, (движение на 1/4).
3. BATTEMENT TENDU JETÉ в маленькие и большие позы: CROISÉ, EFFACÉ. Музыкальный размер 2/4, (движение на 1/4).
4. ROND DE JAMBE PAR TERRE и обводка. Музыкальный размер 3/4.
5. BATTEMENT RELEVÉ LENT на 90º во все направления. Музыкальный размер 2 такта 4/4, 4 такта 3/4
6. Battement developpe во все направления
7. Музыкальный размер 2 такта 4/4, 4 такта 3/4
8. PAS BALANCÉ. Музыкальный размер 1 такт 3/4.
9. BATTEMENT FRAPPÉ и DOUBLE FRAPPÉ во все направления. Музыкальный размер 2/4.
10. GRAND BATTEMENT JETÉ в большие позы: CROISÉ, EFFACÉ.

11. Положения I, II, III ARABESQUES носком в пол.
12. Pas вальса (сценическая форма).
13. PAS SUIVI на полупальцах в V позиции.
Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, анализ достижений
Раздел 3. **ALLEGRO**
Теория:
- Понятие выразительности поз классического танца;
- Понятие о легкости и эластичности прыжка.
- Формирование навыков вращений;

Практика:
1. SISSONNE SIMPLE в сочетании с PAS DE BOURRÉE, с окончанием в V позиции. Музыкальный размер 1 такт 2/4.
2. ASSEMBLÉ во все направления: вперёд, назад, в сторону. Музыкальный размер 1 такт 2/4, затем на 1/4.
3. TEMPS LEVÉ SAUTÉ на IV позицию, вначале изучается из положения EN FACE, позднее ÉPAULEMENT.
4. ÉCHAPPÉ на II позицию с окончанием на одну ногу SUR LE COU-DE-PIED вперёд и назад. Музыкальный размер 2 такта 4/4, позднее 1 такт 4/4.
5. ÉCHAPPÉ на II позицию с поворотом на 180º.
6. ÉCHAPPÉ на IV позицию.
7. ASSEMBLÉ вперёд и назад из положения ÉPAULEMENT.

Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия и по итогам всего учебного года проводится в форме открытого занятия.

Продвинутый уровень
Теория 24 (min 12 ч.)
Практика 120 (min 60 ч.)
Входной контроль: Педагогическое наблюдение
Раздел 1. **Экзерсис у палки**
Теория:
- воспитание выразительности и музыкальности при исполнении adajio;
- ускорение темпа урока;
- работа над выразительностью поз;

Практика:
- работа над техникой исполнения движения (ускорение темпа, усложнение ритмического рисунка)
- развитие координации (исполнение упражнений в epaulement)

1. BATTEMENT TENDU в маленькие позы EFFACÉE, ÉCARTÉE. Музыкальный размер 2/4.
2. BATTEMENT TENDU JETÉ в маленькие позы CROISÉE, EFFACÉE, ÉCARTÉE. Музыкальный размер 2/4.
3. Повороты:
Полуповороты на 180º в V позиции к палке, от палки;
Полный поворот на 360º в V позиции к палке, от палки.
4. Маленькие позы: EFFACÉE, ÉCARTÉE, заключающие движения (на вытянутой ноге, на demi plié), носком в пол.

5. ROND DE JAMBE PAR TERRE. Музыкальный размер 1 такт 3/4.
6. BATTEMENT FONDU на полупальцы. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
7. BATTEMENT FRAPPÉ, DOUBLE FRAPPÉ на полупальцы. Музыкальный размер 2/4, движение на 1/4.
8. GRAND ROND DE JAMBE на 45º EN DEHORS и EN DEDANS. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
9. TEMPS RELEVÉ на 45º EN DEHORS и EN DEDANS на целой стопе, позднее на полупальцах. Музыкальный размер 1 такт 4/4, позднее 1 такт 2/4.
10. BATTEMENT SOUTENU на полупальцы из V позиции в V, на 45º. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
11. BATTEMENT FONDU с PLIÉ-RELEVÉ и DEMI ROND DE JAMBE на целой стопе. Музыкальный размер 1 такт 4/4.
12. BATTEMENT RELEVÉ LENT на 90º во все направления в большие позы: CROISÉE, EFFACÉE, ÉCARTÉE.
Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, Анализ достижений

Раздел 2. **Экзерсис на середине**

Теория:

- понятие устойчивости (апломб) на середине зала;
- формирование навыков вращений;

Практика:

1. TEMPS LIÉ PAR TERRE с перегибами корпуса.
2. BATTEMENT TENDU и BATTEMENT TENDU JETÉ в маленькие и большие позы: CROISÉ, EFFACÉ, ÉCARTÉE.
3. ROND DE JAMBE PAR TERRE на 1 такт 3/4 размера, обводка, растяжка на plié.
4. BATTEMENT RELEVÉ LENT на 90º в большие позы.
5. ПоложениеI, II, III ARABESQUES на 45º, на 90º.
6. BATTEMENT FONDU в позы CROISÉ, EFFACÉ.
Музыкальный размер 4/4, движение на 1/4.
7. BATTEMENT FRAPPÉ в позы CROISÉ, EFFACÉ.
8. BATTEMEN DEVELOPPE в большие позы
9. BATTEMENT DÉVELOPPÉ в большие позы CROISÉ, EFFACÉ, ÉCARTÉE.
10. I, II, III ARABESQUES на 90º.
11. GRAND BATTEMENT JETÉ в большие позы и в I, II, III ARABESQUES.
12. PAS DE BOURRÉE без перемены ног с продвижением из стороны в сторону, вперёд и назад носком в пол, затем на 45º.
13. PAS DE BOURRÉE-BALLOTTÉ на CROISÉ и EFFACÉ с продвижением вперёд и назад носком в пол, затем на 45º.
14. PAS DE BOURRÉE с переменой ног DESSUS-DESSOUS.
15. Элементарное ADAGIO.

Текущий контроль: Педагогическое наблюдение, Анализ достижений

Раздел 3. **ALLEGRO**

Теория:

- развитие высоты и силы прыжка;
- изучение больших прыжков на месте и в продвижении.
- развитие легкости и эластичности прыжка.

- развитие силы ног за счет введения полупальцев;
- развитие выносливости за счет увеличения количества движений;
- формирование устойчивости на полупальцах;

Практика:

1. PAS JETÉ в сторону. Музыкальный размер 1 такт 4/4.

PAS GLISSADE.

DOUBLE ASSEMBLÉ.

GRAND CHANGEMENT DE PIEDS.

2. Комбинации на основе проученных прыжков: ASSEMBLÉ, DOUBLE ASSEMBLÉ, GLISSADE, PAS JETÉ в сторону, SISSONNE SIMPLE, ÉCHAPPÉ на II и на IV позицию, ÉCHAPPÉ с поворотом на 180º, ÉCHAPPÉ с окончанием на одну

Итоговый контроль:

Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках. Промежуточная аттестация по итогам I полугодия и по итогам всего учебного года проводится в форме открытого занятия.

Дисциплина: «Эстрадный танец»

Базовый уровень

Теория 72 (min 12 ч.)

Практика 360 (min 60 ч.)

Раздел 1. **Развивающие упражнения**

Теория

- Правила техники безопасности
- Правильность выполнения движений
- Основные понятия строения человека, работа мышц

Практика:

Разогрев:

- танцевальный шаг;
- бег с высоким подниманием колен;
- бег с подниманием ног назад;
- разогрев мышц шеи и плечевого пояса;
- упражнения для рук;
- упражнение для координации;
- упражнения для корпуса,
- упражнения для ног;
- прыжки.

Раздел 2. **Танцевальные движения, комбинации и этюды:**

Теория

- Понятие танцевальных комбинаций.
- Удобное сочетание отдельных элементов для цельного исполнения.
- Техника безопасности.
- История современного эстрадного танца.

Практика:

- Полька;

- Галоп;
- Подскоки в повороте;
- Движения в паре;
- Танцевальные движения по линиям, по кругу, по диагонали;
- шаги с мультипликацией
- port de bras;
- Комбинации в паре и по группам;
- Сочетание движений на месте и в продвижении;
- Комбинации на вращения по диагонали;
- Комбинации на прыжки по точкам;
- Комбинации на танцевальные шаги по кругу;
- Постановка этюдов с использованием ранее изученных движений и комбинаций:
- Вращения в развитии и сочетании с другими движениями;
- Комбинации на вращения;
- Комбинации на прыжки;
- Танцевальные комбинации на выразительность и эмоциональность;

Раздел 3. **Акробатические элементы**

Теория

- Понятие о силовых упражнениях;
- понятие о правильности выполнения силовых упражнений.
- Техника безопасности выполнения акробатических упражнений.

Практика

- Колесо на одной руке;
- Перекидные в паре;
- Чехарда;
- Перекидные с опорой на станок, на партнера;
- Колесо, перекидные, перевороты и перекаты на полу;
- Колесо на одной руке вправо и влево;
- Колесо с двух сторон с разбега;
- Перекидные с опорой на партнера «Паук»;
- Колеса, кувырки, перекаты, перекидные.
- Стойка на руках у опоры, без опоры
- Кувырок вперед через плечо, выход из кувырка назад на руки
- поддержки в парах, групповые

Раздел 4. **Стилизация в танце**

Теория

- Понятие стилизованный танец
- Особенности и манера исполнения движений в стилизованном народном танце
- Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.
- Знакомство с историческими основами танцевальной культуры, самобытностью и образностью танцев русского народа

Практика:

- Изучение движений русского народного танца: «моталочка», переменный шаг, «молоточки», «гармошка», «ковырялочка», притопы, «елочка»;

- Простой (бытовой) шаг;
- Припадание в сторону по 3-й свободной позиции: вперед и назад по 1-й прямой позиции;
- Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям);
- Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах;
- Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя;
- Закрепление русских народных движений, изученных ранее;
- Китайский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений
- Индийский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений
- Монгольский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений

Раздел 5. **Актерское мастерство, импровизация**

Теория

- Представление о жестах, мимике, позах.
- Эмоции в танце и как ими управлять
- Импровизация в танце – это танец, рождающийся во время исполнения, это мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски.

Практика:

- Создание образа в танце;
- Самостоятельное сочинение сюжета;
- Импровизация по группам;
- Самостоятельно придумать образ, подобрать к нему музыку;
- Импровизировать на заданную тему;
- Создание образа в танце;
- Умение изобразить с помощью пантомимы и импровизации добро и зло, радость и печаль, легкость и тяжесть и т.д.;
- Эмоции в танце;
- Умение найти свой собственный образ;
- Сочинение танцевальных комбинаций на заданную тему.

Продвинутый уровень

Теория 24 (min 12 ч.)

Практика 120 (min 60 ч.)

Раздел 1. **Элементы современных направлений танцевального искусства и техника исполнения**

Теория

- основные стили современной хореографии;
- терминология современного танца
- исполнительская культура и навыки ориентации в сценическом пространстве.
- техника современного танца: джаз-модерн, contemporary, импровизация, партнеринг.

Практика:

- Шаги в рок-манере и джаз-манере; на 1 сильную долю и «из-за такта»;
- Комбинации шагов с изменением направления и уровня;

- Разогрев всех видов: у станка, на середине зала, в партере;
- Изоляция с использованием всех центров в координации и полиритмическом исполнении;
- Партер с упражнениями:
  а) streth (стретч) характера;
  б) contraction (контракшен) и release (релиз);
  в) комбинации переходов из позиции в позицию;
  г) комбинации смены уровней.
- Кросс. Передвижение в пространстве всеми способами: шагами, прыжками, вращениями;
- Комбинации шагов с изменением направления и уровня;
- Вращение как способ передвижения;
- Комбинации прыжков. Вариабельность прыжков классического танца за счет изменения ритма, иной координации рук и центров;
- Комбинации шагов, прыжков и вращений;
- Танцевальная комбинация. Законы хореографической выразительности;
- Танцевальные комбинации в различных стилях современного танца;
- Кросс. Передвижение в пространстве всеми способами: шагами, прыжками, вращениями.
- Изучение элементов:
  а) Хип-хоп;
  б) Джаз;
  в) Свободная пластика;
  г) Диско.

Раздел 2. **Стилизованный танец**

Теория

- Понятие стилизованный танец
- Особенности и манера исполнения движений в стилизованном народном танце
- Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.
- Знакомство с историческими основами танцевальной культуры, самобытностью и образностью танцев русского народа

Практика:

Стилизация народного танца - повторение и усложнение движений;

- Стилизация северного танца – повторение и работа над манерой исполнения;
- Танцевальные элементы классического танца;
- Вальсовый шаг, PAS DE BOURRÉE EN TOURNAN, PAS DE BASQUE, BALANCÉ.
- Стилизация русского народного танца - повторение и усложнение движений;
- Стилизация северного танца – повторение и работа над манерой исполнения;
- Стилизация классического танца - комбинации с использованием свободной пластики и классических элементов.
- Комбинации народного танца в сочетании с современной хореографией;
- Сочетание северного танца со свободной пластикой;
- Классический танец в сочетании со свободной пластикой.
- Китайский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений
- Индийский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений
- Монгольский танец: корпус, движения рук, ног, манера исполнений

Раздел 3. **Импровизация и актерское мастерство**

Теория

- Представление о жестах, мимике, позах.
- Эмоции в танце и как ими управлять
- Импровизация в танце – это танец, рождающийся во время исполнения, это мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски.

Практика:

- Научиться находить свой собственный образ используя мимику и пантомиму.
- Стараться донести до зрителя сценический образ.
- Работа в паре, повторяя и следуя друг за другом импровизировать под музыку.
- Создание образа.
- Работа в группах.

Дисциплина: «Современный танец»

Базовый уровень

Теория 24 (min 12 ч.)

Практика 120 (min 60 ч.)

Раздел 1. **Разогрев**

Теория:

- Основные виды разогрева: у станка, на середине класса, в партере.
- Функциональные задачи разогрева:
  - подготовка опорно-двигательного аппарата и мышц к предстоящим упражнениям-повышение подвижности суставов и гибкости связок
  - насыщение организма кислородом, подготовка сердечно-сосудистой системы к нагрузке, увеличение выработки адреналина и тестостерона.
  - улучшение концентрации
  - снижение риска травм

Практика*:*

- Упражнения для разогрева ног (стопа, колено, пах).
- Упражнения для разогрева позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса).
- Упражнения для расслабления позвоночника (свинговое раскачивание, drop).
- Упражнения stretch характера для гибкости мышц ног и торса.

Раздел 2. **Работа с ритмом**

Теория:

- Понятие о темпе: медленный, умеренный, быстрый;
- Понятие о характере мелодии: веселая, грустная, плавная, отрывистая, изящная, торжественная;
- Понятие о жанрах;
- Понятие о динамике звука «громко-тихо».

Практика:

- Определение темпа и характера мелодии, движение в темпе и характере.
- Определение музыкального размера, «дирижирование».
- Отсчитывание тактов.
- Выделение частей, фраз.
- Выделение длительности ритмического рисунка хлопками
- Хлопки в такт музыки, акцентированная ходьба с одновременным махом.

Раздел 3. **Изоляция**

Теория:

Понятие изоляции: Суть техники в том, что тело состоит из отдельных центров: это голова и шея, плечевой пояс, грудная клетка, таз, руки и ноги. Кисть, предплечье, стопа и голеностоп могут также изолироваться и выполнять движения независимо от других центров. Каждая часть тела имеет свое поле напряжения и свой центр движения. Изолировать можно все центры - от головы до ног, а можно создавать комбинации, когда движение исполняется последовательно каждой частью тела и импульс передается от одного центра к другому.

Практика:

- Движения головой (наклоны, повороты, круги);
- Прямые направления одним и двумя плечами;
- Грудная клетка: вперед-назад; в стороны;
- Пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад;
- Руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение;
- Ноги: основные позиции (1, 2, 4) и переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.
-

Раздел 4. **Координация**

Теория:

Координация в хореографии - это способность согласовывать движения различных частей тела, обеспечивая точность, плавность и гармоничность танца. Она включает в себя сочетание различных двигательных навыков, таких как равновесие, гибкость, ритм и мышечная сила.

- Согласование движений:
  Умение синхронизировать работу рук, ног, корпуса, головы и других частей тела для выполнения единого движения или последовательности движений.
- Равновесие:
  Способность сохранять устойчивость в различных положениях, включая стойку на одной ноге, повороты и прыжки.
- Ритм:
  Способность следовать музыкальному ритму и выполнять движения в соответствии с его темпом и акцентами.
- Мышечная сила и гибкость:
  Необходимые для выполнения движений разной амплитуды и интенсивности.
- Пространственная ориентация:
- Умение ориентироваться в пространстве, учитывая положение тела относительно сцены и других танцоров.
- Адаптация:
  Способность быстро и эффективно изменять движения в ответ на изменения в музыке, пространстве или хореографии.

Практика:

- Координация двух центров в параллельном движении - вперед-назад, из стороны в сторону.
- Оппозиционное движение (один центр вперед, другой - назад). Например, голова назад, плечи полукругом вперед и наоборот, грудь вперед, пелвис назад и наоборот, плечи вперед - пелвис назад. Возможны другие сочетания.

- Координационные упражнения: один центр с одновременными движениями рук. Один центр свинговое раскачивание (например: голова вперед-назад), одновременно движение рук «восьмеркой» вверх-вниз.
- Перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра, например, пелвис вперед-назад, руки; I, III, II.
- Координация рук и ног в параллельном и оппозиционном движении.
- Сочетание в одновременном движении любых центров и ареалов: голова — стопа, плечи - кисть, грудь -пелвис и т.д. Перевод в одном упражнении от прямого к оппозиционному движению.
- Свинговое раскачивание двух центров, например, головы и пелвиса вперед-назад, одновременно перевод из позиции в позицию рук.
- Передвижение приставными шагами из стороны в сторону и свинговое качание двух центров: например, плечи вверх-вниз, голова вперед-назад, одновременно по четыре шага вправо-влево.
-

Раздел 5. **Упражнения у станка**

Теория:

Упражнения у станка - это комплекс упражнений, направленных на развитие мышечной силы, координации, выворотности и гибкости.

Отличие от классического экзерсиса - современный экзерсис включает в себя элементы различных танцевальных стилей, таких как джаз-модерн, контемпорари и другие.

Практика:

- Наклоны торса — Flat back, плоская спина в положениях: «лицом к станку» и «боком к станку».
- Сочетание flat back с plie.
- Bode roll - «волны» телом лицом к станку.
- Упражнения для растягивания ахиллового сухожилия и разогрева стопы.
- Понятие свинга не только как музыкального, но и моторно-ритмического раскачивания. Свинговое качание ноги в attitude.
- Растяжки у станка, нога на полу и на станке.
- Перегибы корпуса вперед-назад и из стороны в сторону.
- положение contraction и release в положении flat hack лицом и боком к станку;
- arch арка — изгиб торса в сочетании с plie и releve;
- свинговое качание свободной ноги в положении attitude из стороны в сторону лицом к станку, вперед-назад боком к станку, вперед-назад лицом к станку.
- Возможны упражнения, связанные с глубокими перегибами корпуса назад (в мост). Возможны варианты рабочих растяжек ногой на станке и на полу.

Раздел 6. **Упражнения для позвоночника**

Теория:

Упражнения направлены на укрепления мышц позвоночника, на развитие гибкости

Практика:

- Наклоны flat back «крестом» с возвратом в центр. Тот же «квадрат» без возврата в центр. Наклоны на 90'.
- Deep body bend - глубокий наклон с прямой спиной вперед.
- Положение contraction и release
- Глубокие наклоны назад, положение hinge.

- Body roll на середине класса вперед и в сторону.
- Положение said sttetch.
- Flat back no диагонали.
- Спирали торса в различных позициях: roll dawn, roll up, curve.
- Упражнения stretch характера для торса. Растягивание и сокращение.
- Релаксация тела. Мгновенное напряжение и мгновенное расслабление.
- Комбинации из наклонов, спиралей и изгибов торса в сочетании с различными положениями рук.
- Развитие выворотности и шага с помощью упражнений стретч-характера.
- Развитие навыков полицентричного движения.

Раздел 7. **Уровни levels**

Теория:

В современном танце используются уровни (high, middle, low), которые определяют, где находится тело по отношению к полу или пространству.

Высокие уровни – это движения над плечами или головой, средние – между коленями и плечами, низкие – на полу или близко к нему.

Практика:

- Высокие уровни: Движения, где тело находится над плечами или головой. Комбинации, построенные на прыжках, подъемах рук, или при помощи поддержки от партнера.
- Средние уровни: Движения, где тело находится между коленями и плечами - стоя, сидя, или на коленях.
- Низкие уровни: Движения, где тело близко к полу или находится на полу - движения лежа, сидя на корточках, или на четвереньках.
- Упражнения stretch характера — (растяжки) в различных позициях в положении сидя: I позиция (ноги вперед), frog позиция - колени согнуты и раскрыты в сторону; II позиция - ноги в сторону. Способы растяжения: bounsce-наклоны (пульсирующие наклоны) или длительная фиксация.
- Переходы из уровня в уровень. 4 и 2 счета на каждую смену уровня.
- Изучение contraction и release в положении сидя.
- Понятие high release в основных позициях.

Раздел 8. **Передвижение (cross)**

Теория:

Передвижения в современном танце включает принципы, техники и приёмы, которые позволяют исполнителю активно перемещаться в пространстве.

Практика:

- Шаги с bounse (с трамплинным сгибанием коленей) из стороны в сторону и вперед-назад. Приставленные шаги.
- Основные шаги с мультипликацией.
- Flat step (флэт стэп) - шаг с плоской стопой на plie (плие).
- Camel jazz walk (кэмел джаз вок) - шаги с подъемом колена.
- Catch step (кэтч стэп) - переход с ноги на ногу через сгибание коленей.
- Простой трехшаговый поворот.
- Прыжки: hop (хоп) — шаг-подскок, jamp (джамп) – прыжок на двух ногах, leap (лиип) - прыжок с одной ноги на другую.

Продвинутый уровень

Теория 24 (min 12 ч.)

Практика 120 (min 60 ч.)

Раздел 1. **Разогрев**

Теория

Разогрев продвинутого уровня комплексный и эффективный, подготавливает тело к сложным движениям и нагрузкам, характерным для этого стиля. Он включает в себя работу с суставами, растяжку, активацию мышц-стабилизаторов, а также развитие координации и баланса. Уделяется внимание общему разогреву и подготовке конкретных групп мышц, задействованных в изучаемых движениях. Продвинутый уровень предполагает использование более сложных и вариативных упражнений, а также более интенсивный темп.

Практика:

- Упражнения на все суставы (плечи, локти, запястья, тазобедренные, колени, голеностоп), включая круговые движения, махи и вращения, с постепенным увеличением амплитуды и скорости.
- Упражнения на баланс, удержание корпуса в различных положениях, планки, боковые планки, упражнения на пресс и спину. Это необходимо для поддержания правильной осанки и предотвращения травм при выполнении сложных движений.
- Упражнения на развитие координации движений, перенос веса, вращения, переходы из одной позиции в другую. На продвинутом уровне это сложные комбинации, включающие элементы импровизации.
- Упражнения stretch характера. Растягивание мышц ног и торса.

Раздел 2. **Изоляция**

Теория:

В продвинутом уровне техника изоляции усложняется. В изоляции используются также все центры – от головы до ног, только в более сложных геометрических комбинациях и ритмических структурах, а также соединение движения одновременно нескольких центров.

Суть техники в том, что тело состоит из отдельных центров: это голова и шея, плечевой пояс, грудная клетка, таз, руки и ноги. Кисть, предплечье, стопа и голеностоп могут также изолироваться и выполнять движения независимо от других центров. Каждая часть тела имеет свое поле напряжения и свой центр движения. Изолировать можно все центры - от головы до ног, а можно создавать комбинации, когда движение исполняется последовательно каждой частью тела и импульс передается от одного центра к другому.

Практика:

- Голова. Наклоны вперёд/назад, вправо/влево, повороты головы.
- Плечи. Подъём одного или двух плеч вверх, движение плеч вперёд/назад, круговые движения, шейк плеч.
- Грудная клетка. Движение из стороны в сторону, вперёд/назад, подъём и опускание, круговые движения.
- Пелвис (тазобедренная часть). Движение вперёд/назад, из стороны в сторону, круговые движения, «восьмёрка» — джелли ролл.
- Руки. Руки могут двигаться вытянутые и без изгибов, каждая часть руки (кисть, предплечье, пальцы) может двигаться изолированно от другой руки или вместе.
- Ноги. основные позиции (1, 2, 4) и переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по

выворотным позициям. Сгибание одного или двух коленей вместе, поочерёдное сгибание ног, которое можно убыстрять в темпе.

- Стопы. Нажим ноги на подъём и релеве (полупальцы).

Раздел 3. **Координация**

Теория:

На продвинутом этапе обучения современному танцу ученики выполняют сложные по координации комбинации, которые включают работу всех частей тела, смену уровней и ракурсов. Координируются два, три или четыре центра в одновременном параллельном движении. Вводятся движения в оппозицию и сложные ритмические рисунки. Добавляются упражнения в парах

Практика:

- «Кросс-атмосферы». Руки поочерёдно и хаотично касаются голени, коленей, бёдер, локтей, плеч, ушей.
- «Крест». Перемещение в танце со сменой позиций рук, следование за рукой или головой.
- Упражнение на работу с ограничениями. Например, колено одной ноги всегда выпрямлено, локоть.
- «Движения сообща». Например, движения в одном направлении, держась за руки, развивают чувство ритма и навыки поддержания баланса.
- «Зеркальное повторение». Попросить партнёра или тренера показывать движения, а ученик повторять их в зеркале, стараясь максимально точно копировать каждое действие.

Раздел 4. **Упражнения у станка**

Теория

На продвинутом уровне упражнения у станка становятся более сложными и направлены на оттачивание техники, развитие контроля, координации и выразительности. Она становится инструментом для глубокого понимания движения, контроля тела и художественного выражения.

Основные теоретические аспекты:

- Детальное знание мышечной структуры, задействованной в каждом движении: Понимание, какие мышцы работают, когда они включаются и выключаются, позволяет более осознанно контролировать движение и избегать травм.
- Центр тяжести и баланс: Изучение принципов баланса и смещения центра тяжести помогает эффективно двигаться в пространстве и находить устойчивость в сложных позах.
- Оси тела и их влияние на движение: Понимание работы позвоночника, тазобедренных суставов и плечевого пояса как единой системы позволяет танцору оптимизировать движения и достигать большей амплитуды.
- Дыхание и его роль в движении: Синхронизация дыхания с движениями помогает улучшить координацию, увеличить амплитуду и снять напряжение.

Практика:

- Plié и Relevé: Комбинированное Plié и Relevé: Выполнять деми плие и гранд плие в каждой позиции, затем подниматься в relevé с акцентом на сильные щиколотки и удержание развернутости от бедра. Сосредоточиться на поддержании баланса и координации.

II. Tendu, Dégagé и Battement: Танду с Контр-Движением

Counterbalance: Выполнять тандю вперед, в сторону и назад, одновременно отклоняя корпус в противоположном направлении. Это упражнение развивает баланс и координацию.
Дэгаже с Импульсом (Rebound): Выполнять дэгаже с небольшим "отскоком" ноги от пола, добавляя энергии и динамики.

- Батман Танду/Дэгаже с Изменением Веса: в каждой позиции (вперед, в сторону, назад) выполнять танду, затем дэгаже, перенося вес на рабочую ногу. Подниматься в releve на рабочей ноге, удерживая баланс.
- Батман Фраппе (Battement Frappé) с акцентом на Release: Выполнять батман фраппе, позволяя бедру рабочей ноги слегка "отпускаться" (release) в момент удара стопы о щиколотку опорной ноги. Это смягчает движение и добавляет органичности.
- Батман Фондю (Battement Fondu) с разными акцентами: Выполнять батман фондю с акцентом на мягкое сгибание колена опорной ноги, затем резко выпрямлять обе ноги. Использовать разные варианты: медленный разгиб, импульсный разгиб Комбинация Батманов: Соединять в комбинацию батман танду, дэгаже, фраппе и фондю в разных направлениях. Это развивает координацию и контроль.
- Ронд де Жамб Пар Терр (Rond de Jambe par Terre): Ронд де Жамб Пар Терр с Разными Динамиками: Выполнять ронд де жамб пар терр в разных темпах и с разными акцентами. Например, медленно и плавно, затем быстро и энергично. Ронд де Жамб Пар Терр с Изменением Положения Корпуса: Наклонять корпус вперед, в сторону или назад во время выполнения ронд де жамб пар терр. Это усложняет упражнение и развивает координацию.
Ронд де Жамб Пар Терр в Позиции Développé à la Seconde: Поднимать ногу в сторону в положение développé à la seconde и выполнять ронд де жамб пар терр в воздухе. Это требует высокой степени контроля и силы.
- Батман Девелопе (Battement Développé): Батман Девелопе с Пассе (Passé): Проводить рабочую ногу через passé (колено опорной ноги) и вытягивать ее вперед, в сторону или назад. Это развивает гибкость и координацию. Батман Девелопе с Сохранением Позы: Поднимать ногу в положение développé и удерживать ее в этом положении, выполняя небольшие движения корпусом или руками.
Батман Девелопе с Падением и Восстановлением (Fall and Recovery): Из положения développé выполнять контролируемое падение корпуса вперед или в сторону, затем восстанавливаться в исходное положение. Это упражнение демонстрирует принципы современного танца.
- Grand Battement с разными акцентами: Выполнять гранд батман с акцентом на силу и высоту подъема ноги, затем с акцентом на контроль и мягкое опускание ноги. Гранд Батман с Комбинацией Рук: Сочетать гранд батман с различными движениями рук, создавая выразительные и динамичные комбинации.
Гранд Батман с Контр-Движением Корпуса: Выполнять гранд батман, слегка отклоняя корпус в противоположном направлении для поддержания баланса.
VI. Комбинации у станка: Длинные, сложные комбинации: Соединять все вышеперечисленные элементы в длинные и сложные комбинации, требующие высокой степени концентрации и координации.

Комбинации с разными ритмами: Использовать различные ритмы и музыкальные акценты в комбинациях, развивая музыкальность и чувство времени. Комбинации с Изменением Динамики: Варьировать динамику движений в комбинациях, от плавных и медленных до резких и быстрых.

Раздел 5. **Упражнения для позвоночника**

Теория:

В продвинутом уровне современного танца, упражнения для позвоночника направлены на укрепление глубоких мышц кора, улучшение осознания тела, расширение диапазона движения и выражение эмоций через позвоночник. Теория, лежащая в основе этих упражнений, комплексна и включает в себя анатомию, биомеханику, принципы release technique и осознанного движения.

Практика:

- Spinal Waves (Волны Позвоночником): Стоя: Начиная с копчика, постепенно волнообразно сгибать позвоночник вперед, затем разгибать, как будто волна прокатывается по спине. Повторить несколько раз, двигаясь от копчика к голове и обратно. Вариации: волнообразные движения в боковой плоскости, волнообразные вращения.
  На четвереньках (Cat-Cow Variation): Выполнять классическое упражнение "кошка-корова", но добавлять волнообразные движения в боковой плоскости и круговые движения тазом, интегрируя их в общее движение позвоночника.
  Лежа на спине (Spinal Articulation): Лежа на спине с согнутыми коленями, поочередно отрывать позвонок за позвонком от пола, формируя мостик, затем так же медленно опускать позвоночник на пол. Вариации: выполнять тоже самое, подняв одну ногу вверх для усложнения баланса и контроля.
  Spiral Movements (Спиральные Движения): Стоя: Представить, что позвоночник – это ось, вокруг которой закручивается тело. Выполнять спиральные движения, сочетающие сгибание, разгибание, боковое сгибание и вращение. Важно контролировать движение и не форсировать вращение.
  Сидя на полу: Сидя на полу с прямыми ногами или скрещенными ногами, выполнять спиральные движения, начиная от таза и заканчивая головой. Важно сохранять прямой спину и не сутулиться.
  В партере (на полу): Лежа на животе, выполнять спиральные движения, поочередно поднимая руки и ноги. Это развивает координацию и силу мышц спины.
  Contraction and Release (Сокращение и Расслабление): Стоя (Graham Technique): Стоя с согнутыми коленями, выполнить сокращение (contraction), скругляя спину и подтягивая копчик вперед. Затем медленно вернуться в исходное положение, освобождая позвоночник (release). Важно дышать правильно, вдыхая при расслаблении и выдыхая при сокращении.
  Сидя: Сидя на полу с прямыми ногами, выполнить сокращение, скругляя спину и подтягивая колени к груди. Затем медленно вернуться в исходное положение, освобождая позвоночник и вытягиваясь вверх.
  В партере: Лежа на спине, выполнить сокращение, подтягивая колени к груди и скругляя спину. Затем медленно вернуться в исходное положение, расслабляя позвоночник.
  Fall and Recovery (Падение и Восстановление): Стоя: Выполнять контролируемые

падения корпуса вперед, в сторону или назад, затем восстанавливаться в исходное положение, используя мышцы кора и спины. Важно контролировать падение и не допускать резких движений.
С партнером: Выполнять падения и восстановления с партнером, используя контакт для поддержки и баланса. Это развивает доверие и координацию.
В партере: Выполнять падения и восстановления на полу, используя руки и ноги для поддержки и амортизации.
Inversions (Перевернутые Позы): Стойка на плечах (Sarvangasana): Поднимать ноги и таз вверх, опираясь на плечи. Удерживать позу, контролируя положение позвоночника. Важно не выполнять это упражнение при проблемах с шеей.
Стойка на голове (Sirsasana): Поднимать тело вверх, опираясь на голову и руки. Удерживать позу, контролируя положение позвоночника. Требуется предварительная подготовка и сильный кора. Важно не выполнять это упражнение при проблемах с шеей и головой.
Мостик (Urdhva Dhanurasana): Поднимать тело вверх, опираясь на руки и ноги. Удерживать позу, контролируя положение позвоночника.
Exercises with Props (Упражнения с Реквизитом): Мяч (Swiss Ball): Использовать большой мяч для выполнения упражнений на баланс и стабилизацию позвоночника. Ролик (Foam Roller): Использовать ролик для массажа мышц спины и улучшения гибкости позвоночника.
Лента (Theraband): Использовать ленту для укрепления мышц спины и улучшения осанки.

Раздел 6. **Передвижение (cross)**

Теория:

В продвинутом уровне современного танца передвижения становятся средством выразительности, динамики и исследования новых возможностей тела. Они характеризуются сложностью, не традиционностью, использованием различных уровней, скорости и качеств движения. Основная цель - расширить диапазон возможностей тела и обогатить танцевальный словарь.

Практика:

- Inverted movements (Перевернутые движения): Передвижения, выполняемые в перевернутом положении (стойка на руках, стойка на голове, мостик и т.д.).
- Sliding techniques (Техники скольжения): Использование различных техник скольжения на полу для быстрого перемещения в пространстве.
- Contralateral movements (Контралатеральные движения): Использование противоположных движений рук и ног для создания баланса и динамики.
- Weight shifting (Смещение веса): Быстрые и неожиданные смещения веса с одной части тела на другую для создания импульса и изменения направления движения.
- Axis tilts (Наклоны оси): Наклоны корпуса относительно вертикальной оси для создания баланса и динамики.
- Off-balance techniques (Техники выхода из равновесия): Контролируемое нарушение баланса для создания напряжения и динамики.
- Improvisational movements (Импровизационные движения): Спонтанные и непредсказуемые движения, основанные на ощущении тела и взаимодействии с пространством и музыкой.

Раздел 7. **Импровизация**

Теория:

Импровизация в продвинутом уровне современного танца становится исследованием возможностей тела, пространства, времени и взаимодействия с другими элементами (музыкой, реквизитом, партнером). Она требует от танцора высокого уровня осознанности, технической подготовки и развитого творческого мышления. Это способ создания уникального, выразительного и аутентичного движения в настоящем моменте.

Практика:

Структурированная импровизация:

- Импровизация с ограничениями: Задание определенных ограничений (например, использование только определенных частей тела, движение в определенном ритме или темпе, использование определенного количества шагов) для стимулирования креативности.
- Импровизация с заданным мотивом: Использование определенного движения или фразы в качестве отправной точки для импровизации.
- Импровизация с заданным пространством: Исследование возможностей движения в определенном пространстве, используя его архитектуру и особенности.
- Импровизация с заданным временем: Исследование возможностей движения в определенном временном промежутке, используя различные ритмы и темпы.

Контактная импровизация:

- Импровизация с партнером: Использование контакта с партнером для исследования возможностей движения, баланса и доверия.
- Импровизация с переносом веса: Использование переноса веса с партнером для создания динамичных и интересных движений.
- Импровизация с поддержками: Использование поддержек с партнером для исследования возможностей движения в воздухе и на полу.

Импровизация с реквизитом:

- Импровизация с тканью: Использование ткани для создания различных форм, объемов и движений.
- Импровизация со стулом: Использование стула для исследования возможностей движения на разных уровнях и в разных положениях.
- Импровизация с другими предметами: Использование других предметов (например, веревки, палки, мячи) для расширения диапазона движения и создания новых возможностей.

Импровизация с музыкой:

- Импровизация под разную музыку: Использование музыки разных жанров и стилей для создания различных настроений и динамик.
- Импровизация с живой музыкой: Использование живой музыки для создания спонтанного и интерактивного танца.
- Импровизация без музыки: Использование тишины для усиления осознанности тела и создания более минималистичных и выразительных движений.

Free improvisation (Свободная импровизация):

- Позволение движению происходить само по себе: Отказ от контроля и позволение телу двигаться свободно и спонтанно.

- Следование за импульсом: Следование за импульсом тела, не задумываясь о том, куда оно приведет.
- Принятие неожиданности: Принятие неожиданных движений и использование их как возможности для открытия нового.

Раздел 8. **Floor work**

Теория:

В продвинутом уровне современного танца - это сложное, динамичное и выразительное направление, требующее высокого уровня контроля, силы, гибкости, координации и осознания тела. Это полноценный язык тела, использующий гравитацию, инерцию и контакт с поверхностью для создания уникальных и выразительных движений. В продвинутом уровне floor work объединяет технические элементы с импровизационными принципами, позволяя танцорам исследовать новые возможности движения и создавать оригинальные хореографические решения

Практика:

- Rolling (Перекаты): Spinal Rolls (Перекаты по позвоночнику): Контролируемые перекаты по позвоночнику вперед, назад и в стороны, развивающие гибкость и координацию.
- Shoulder Rolls (Перекаты через плечо): Перекаты через плечо, требующие силы, контроля и координации.
- Barrel Rolls (Бочкообразные перекаты): Перекаты всем телом в разных направлениях, требующие силы, гибкости и координации.
- Sliding (Скольжения): Side Slides (Скольжения в сторону): Скольжения по полу в сторону, используя руки и ноги для создания импульса. Forward Slides (Скольжения вперед): Скольжения по полу вперед, используя руки и ноги для создания импульса.
- Circular Slides (Круговые скольжения): Скольжения по полу по кругу, требующие контроля и координации.
- Inversions (Перевернутые позы): Headstands (Стойка на голове): Удержание стойки на голове, развивающее силу, баланс и контроль.
- Handstands (Стойка на руках): Удержание стойки на руках, требующее высокого уровня силы, баланса и контроля.
- Forearm Stands (Стойка на предплечьях): Удержание стойки на предплечьях, развивающее силу, баланс и контроль.
- Transitions (Переходы): Smooth Transitions (Плавные переходы): Соединение различных движений floor work в плавные и непрерывные последовательности.
- Dynamic Transitions (Динамичные переходы): Соединение различных движений floor work в динамичные и энергичные последовательности.
- Acrobatic Transitions (Акробатические переходы): Соединение различных движений floor work с элементами акробатики.
- Leg Swings (Махи ногами): Front Leg Swings (Махи ногой вперед): Махи ногой вперед, выполняемые в различных положениях (сидя, лежа, стоя на коленях).
- Side Leg Swings (Махи ногой в сторону): Махи ногой в сторону, выполняемые в различных положениях (сидя, лежа, стоя на коленях).
- Back Leg Swings (Махи ногой назад): Махи ногой назад, выполняемые в различных положениях (сидя, лежа, стоя на коленях).

- Spinal Movements (Движения позвоночником): Spinal Waves (Волны позвоночником): Выполнение волнообразных движений позвоночником в разных плоскостях.
- Spinal Twists (Скручивания позвоночником): Выполнение скручиваний позвоночником в разных направлениях.
- Spinal Arches (Прогибы позвоночником): Выполнение прогибов позвоночником назад.

Дисциплина: «Ансамбль»

Базовый уровень

Теория 48 (min 12 ч.)

Практика 240 (min 60 ч.)

Дисциплина «Ансамбль» предполагает постановку, разучивание, отработку концертных номеров, соответствующих уровню подготовки детей и их возрастным особенностям. На занятиях вырабатывается умение передавать стилевые и жанровые особенности постановки, развивается чувства ансамбля, артистизм, умение правильно распределить сценическую площадку, сохраняя рисунок номера; приобретается опыт публичных выступлений.

Итогом освоения дисциплины является участие объединений в конкурсах и фестивалях городского и областного уровней.

Продвинутый уровень

Теория 24 (min 12 ч.)

Практика 120 (min 60 ч.)

На продвинутом уровне происходит увеличение нагрузки. Репертуар становится более сложным, как по технике, так и по художественному воплощению.

Итогом освоения дисциплины является участие объединений в конкурсах и фестивалях всероссийского и международного уровней.

Репертуар хореографических коллективов, разучиваемый в процессе освоения дисциплины «Ансамбль»

Репертуар ансамбля эстрадного танца «Карнавал»

	Название номера	Направление	Описание
Базовый уровень			
1.	«По барабану»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
2.	«Кошки-мышки»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
3.	«Горошинки»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
4.	«Ребята – домовята»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
5.	«У самовара»	Эстрадный танец	Ансамбль, русский стилизованный танец
6.	«На полянке»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
7.	«Переполох на корабле»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец
8.	«Школьная полька»	Эстрадный танец	Ансамбль, детский танец

9.	«На платье у ночки - блестящие точки»	Современный танец	Ансамбль
10.	«Прыгать от радости - инструкция по применению»	Современный танец	Ансамбль
11.	«В джазе только девушки»	Эстрадный танец	Ансамбль
12.	«От винта!»	Эстрадный танец	Ансамбль
13.	«Не боимся мы тебя, зимушка-зима!»	Эстрадный танец	Ансамбль
14.	«Городская суета»	Эстрадный танец	Ансамбль
Продвинутый уровень			
15.	«Танцующие под дождем»	Эстрадный танец	Ансамбль
16.	«Сад лазоревый»	Эстрадный танец	Ансамбль, русский стилизованный танец
17.	«Эскиз на свободную тему»	Современный танец	Ансамбль
18.	«Осень, ветер, листопад...»	Современный танец	Ансамбль
19.	«Механика мысли»	Эстрадный танец	Ансамбль
20.	«Беспризорники»	Эстрадный танец	Ансамбль
21.	«Дыхание севера»	Эстрадный танец	Ансамбль, стилизованный танец
22.	«Веселое гуляние»	Эстрадный танец	Ансамбль, русский стилизованный танец

Репертуар Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

	Название номера	Направление	Описание
1.	«Снежное тепло»	Современный танец	Хореографическая композиция
2.	«Уже не здесь, еще не там»	Современный танец	Соло
3.	«Играя в жизнь»	Современный танец	Дуэт
4.	«День не сурка»	Современный танец	Ансамбль

Репертуар театра «Европа»

	Название номера	Направление	Описание
1.	«Уйти, чтобы остаться»	Современный танец	Хореографический спектакль
2.	«Кома»	Современный танец	Хореографический спектакль
3.	«Перезагрузка»	Современный танец	Хореографический спектакль
4.	«Иная»	Современный танец	Хореографический спектакль
5.	«Виновен»	Современный танец	Хореографический спектакль
6.	«Парфюмер»	Современный танец	Хореографический спектакль

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебный план

дополнительной общеразвивающей программы по хореографическому искусству

Уровень сложности	год обучения	дисциплины (модули) / разделы	количество академических часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации*
			всего	теория	практика	
Стартовый	От 1 до 2 лет	Ритмика	144 (72)	24(12)	120 (60)	Педагогическое наблюдение Открытые занятия Показательные выступления
		ИТОГО (min) на стартовом уровне			72	
Базовый	От 1 до 6 лет	классический танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		эстрадный танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
		современный танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
		ансамбль	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
		ИТОГО (min) на базовом уровне			216	
Продвинутый	От 2 лет	классический танец	144 (72)	24(12)	120(60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		эстрадный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	
		современный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	
		ансамбль	144 (72)	24(12)	120(60)	
		ИТОГО (min) на продвинутом уровне			216	
ИТОГО (min) объем программы			1872 часа			

Примеры вариативных учебных планов

Ансамбль эстрадного танца «Карнавал»

Уровень обучения (возраст)	Продолжительность обучения	дисциплины (модули)	Количество академических часов			Формы промежуточной/ итоговой аттестации
			всего (расчетное кол-во в год)	теория	практика	
Стартовый (от 5 лет)	От 1 года до 2 лет	Ритмика	144 (72)	24(12)	120 (60)	Педагогическое наблюдение; Открытые занятия
	ИТОГО (min) на стартовом уровне				72	
Базовый (от 6 лет)	От 1 года до 6 лет	эстрадный танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		классический танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
		ансамбль	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
	ИТОГО (min) на базовом уровне				216	

Продвинутый (от 13 лет)	От 2 лет	эстрадный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		классический танец	144 (72)	24(12)	120(60)	
		ансамбль	144 (72)	24(12)	120(60)	
	ИТОГО (min) на продвинутом уровне		216			

Арт-студия современной хореографии «ДисТАНЦия»

Уровень обучения (возраст)	Продолжительность обучения	дисциплины (модули)	Количество академических часов			Формы промежуточной/ итоговой аттестации
			всего (расчетное кол-во в год)	теория	практика	
Стартовый (от 5 лет)	От 1 года до 2 лет	Ритмика	144 (72)	24(12)	120 (60)	Педагогическое наблюдение; Открытые занятия
	ИТОГО (min) на стартовом уровне		72			
Базовый (от 6 лет)	От 1 года до 6 лет	современный танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		классический танец	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
		ансамбль	432 (72)	72 (12)	360 (60)	
	ИТОГО (min) на базовом уровне		216			
Продвинутый (от 13 лет)	От 2 лет	современный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		классический танец	144 (72)	24(12)	120(60)	
		ансамбль	144 (72)	24(12)	120(60)	
ИТОГО (min) на продвинутом уровне			216			

Театр «Европа»

Уровень обучения (возраст)	Продолжительность обучения	дисциплины (модули)	Количество академических часов			Количество академических часов
			всего (расчетное кол-во в год)	теория	практика	
Продвинутый (от 13 лет)	От 2 лет	эстрадный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	Педагогическое наблюдение Показательные выступления Анализ достижений
		современный танец	144 (72)	24(12)	120(60)	
		ансамбль	144 (72)	24(12)	120(60)	
ИТОГО (min) на продвинутом уровне			216			

2.2. Календарный учебный график

Уровень сложности	Сроки реализации	Кол-во часов в неделю			Кол-во занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин)
	кол-во учебных недель в год	АЭТ «Карнавал»	АССХ «ДисТАНЦия»	ТП «Европа»	
Стартовый	36 недель (с 1 сентября по 31 мая)	2	2	-	2 занятия в неделю по 45 минут
Базовый	36 недель (с 1 сентября по 31 мая)	6	6	-	3 занятия в неделю по расписанию по 90 минут
Продвинутый	36 недель (с 1 сентября по 31 мая)	6	6	6	3 занятия в неделю по расписанию по 90 минут

2.3. Виды и формы контроля

Для оценки предметных и метапредметных (ИКТ- компетентность) результатов проводится следующие виды контроля:

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей, обучающихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеразвивающей программе.

При поступлении обучающихся проводится диагностика физических способностей, включающая тестирование, направленное на выявление природных данных ребенка, таких как выворотность ног, мягкость и эластичность мышц, высота шага, подъем стопы, гибкость позвоночника и способность к прыжкам. В течение первого месяца занятий по программе параллельно с оценкой физических данных педагог также диагностирует уровень творческого развития обучающихся, включая музыкальный слух и эмоциональность, а также координационные умения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение

Текущий контроль - проводится на каждом учебном занятии путем наблюдения, выполнения диагностических упражнений и заданий, а также устного опроса. На основе полученных результатов, при необходимости, вносятся изменения в рабочие программы.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, анализ достижений.

Промежуточная аттестация - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года (при сроке реализации программы более одного года), а также личностных качеств обучающихся (выявление динамики развития системы ценностей, изменение позиции, характера поступков и т.п.).

Формы аттестации: открытое занятие, концертное выступление.

Итоговая аттестация - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению всего периода обучения по программе.

Формы аттестации: концертное выступление.

Свидетельство об обучении выдается обучающимся, успешно окончившим все уровни программы.

Выдаче свидетельства предшествует итоговая аттестация – добровольное подтверждение уровня достигнутых предметных результатов (теоретической и практической подготовки), результаты конкурсов, творческих достижений

2.4. Оценочные материалы

Входной контроль

Входной контроль проводится с детьми, поступающими на первый год обучения в форме просмотра. Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства обучающихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, творческих способностей, отношение к трудовой деятельности. Результативность выполнения программы отслеживается путем проведения входного, промежуточного и итогового контроля. Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу

подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся. Во время первичной диагностики определяются следующие данные: координация, музыкальность, гибкость, растяжка, прыжок, память. Критерии оценки: удовлетворительно, хорошо, отлично.

Диагностическая карта входного контроля

№	Ф.И. учащегося	кооординация			музыкальность			гибкость			растяжка			память		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1.																
2.																
3.																

Критерии входного контроля:

Координация.

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – 16 прыжков с соединением ног и синхронным опусканием рук вниз, затем соединить ноги, руки раскрыть в стороны.

Уровень «низкий» - ребёнок не может скоординировать ноги и руки во время всего упражнения.

Уровень «средний» - ребёнок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках.

Уровень «высокий» - ребёнок средний координирует ноги и руки во время всего упражнения.

Музыкальность.

Ребёнок должен пройти по кругу под музыку марша, не сбиваясь с ноги, точно в такт музыки.

Уровень «низкий» - ребёнок не может пройти в такт музыки.

Уровень «средний» - ребёнок иногда сбивается с ноги во время упражнения.

Уровень «высокий» - ребёнок не сбивается с ноги во время всего упражнения.

Гибкость.

Ребёнок должен согнуться как можно сильнее вперёд и перегнуться назад, не сгибая колен.

Уровень «низкий» - ребёнок не может достать пальцами до пола, гнётся назад на 25 градусов.

Уровень «средний» - ребёнок достаёт пальцами до пола, гнётся назад на 45 градусов.

Уровень «высокий» - ребёнок достаёт ладонями до пола, гнётся назад на 90 градусов.

Растяжка.

Ребёнок должен как можно сильнее растянуться на продольный и поперечный шпагаты.
У станка проверяется уровень поднятия ноги (шаг) вперёд, в сторону, назад.
Уровень «низкий» - ребёнок не достаёт до пола около полуметра, у станка не может поднять и подержать ногу на 45 градусов.
Уровень «средний» - ребёнок не достаёт до пола 10 сантиметров, у станка поднимает и держит ногу на 90 градусов.
Уровень «высокий» - ребёнок свободно растягивается на шпагат, у станка поднимает и держит ногу на уровне более 90 градусов.

Память.

Ребёнку предлагается простое упражнение, которое он должен запомнить и повторить: 4 шага на месте, 4 хлопка.
Уровень «низкий» - ребёнок не может запомнить и повторить упражнение с третьего раза.
Уровень «средний» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение со второго раза.
Уровень «высокий» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение с первого раза.

Критерии оценок при проведении промежуточной аттестации

Для учащихся 1, 2 годов обучения
Критерии контроля: правильность исполнения изученных упражнений, знание порядка исполнения комбинаций.
Уровни оценки: «низкий», «средний», «высокий».
Уровень «низкий» - обучающийся плохо знает учебный материал, не может сказать название упражнений, путается в комбинациях.
Уровень «средний» - ребёнок хорошо знает учебный материал, знает название упражнений, но иногда путается в комбинациях.
Уровень «высокий» - ребёнок отлично знает учебный материал, знает название упражнений, не путается в комбинациях, выполняет упражнения уверенно и правильно.
Для учащихся 3-10 годов обучения
Критерии контроля: правильность исполнения элементов классического и народно – сценического танцев, знание теории, знание изученных комбинаций, знание порядка исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.
Уровни оценки: «низкий», «средний», «высокий».
Низкий – обучающийся не знает названий упражнений, не может самостоятельно их исполнить, не знает порядок экзерсиса.
Средний – обучающийся знает порядок экзерсиса, название упражнений, может самостоятельно их исполнить с небольшими ошибками и недочетами.
Высокий – обучающийся уверенно называет порядок экзерсиса, название упражнений, может самостоятельно их исполнить без ошибок и недочетов.
Результаты промежуточной аттестации фиксируются в протоколах.
Проведенный контроль позволяет сделать необходимую корректировку образовательной программы на следующий

учебный год.
Промежуточная аттестация проводится также по индивидуальному образовательному маршруту для одарённых обучающихся. Критерии оценки такие же, как и для остальных обучающихся. Отличие состоит в том, что наиболее одарённым обучающимся предлагается более сложный учебный материал, который необходим для исполнения сольных и дуэтных номеров, а также предъявляются более высокие требования к качеству и правильности исполнения. Обучающийся, показавший по всем уровням низкие баллы, считается не аттестованным и ему предлагается повторить учебный материал прошлого года.

С целью диагностики успешности освоения обучающимися образовательной программы, выявления их образовательного потенциала, определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки календарно-тематического планирования осуществляется отслеживание успеваемости обучающихся по программе. Таким образом, целью диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития обучающихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

В процессе диагностики по дополнительной образовательной программе отслеживаются следующие направления:

- Освоение образовательной программы;
- Развитие физических способностей
- Развитие творческих способностей
- Личностное развитие
- Воспитание социальной ответственности, развитие самосознания
- Воспитание культуры здорового образа жизни

Критерии текущего контроля

Направление диагностики	***Формы контроля***	***Характеристика уровней освоения***		
		Высокий	***Средний***	***Низкий***
Освоение программы	Выполнение диагностических заданий, опрос. Педагогическое наблюдение на занятии. Анализ достижений	-Обучающийся демонстрирует высокий уровень координации, пространственной ориентации, музыкальности, навыки эмоционально-художественного исполнения; - Знает и применяет методику исполнения движений и умеет качественно их исполнять; -Обучающийся владеет культурой общения с партнером, навыками ансамблевого исполнения, эмоциональной отзывчивости и артистичности; - У обучающегося полностью сформировалось умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах; -Хорошо владеет	-Обучающийся демонстрирует средний уровень координации, пространственной ориентации, музыкальности, навыки эмоционально-художественного исполнения; - Знает, но не всегда применяет методику исполнения движений и затрудняется качественно их исполнять; Обучающийся не в полной мере владеет культурой общения с партнером, навыками ансамблевого исполнения, эмоциональной отзывчивости и артистичности; - У обучающегося частично сформировалось умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах; - Частично владеет различными музыкальными темпами и ритмическими рисунками в комбинационных сочетаниях;	-Обучающийся демонстрирует низкий уровень координации, пространственной ориентации, музыкальности, навыки эмоционально-художественного исполнения; - Не знает методику исполнения движений и не умеет качественно их исполнять; -Обучающийся не владеет культурой общения с партнером, навыками ансамблевого исполнения, эмоциональной отзывчивости и артистичности; - У обучающегося не сформировалось умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах; - Плохо владеет различными

		различными музыкальными темпами и ритмическими рисунками в комбинационных сочетаниях;		музыкальными темпами и ритмическими рисунками в комбинационных сочетаниях;
Развитие физических способностей	Выступления на конкурсах, концертных программах, выполнение диагностических заданий на занятиях. Анализ достижений	-Обучающийся хорошо освоил элементы народно-сценического, эстрадного, классического танцев, а также комплексы танцевальной гимнастики на развитие физических данных; - Умеет правильно исполнять основные упражнения и комплексы для развития и укрепления физических данных (шаг, гибкость, стопа, выворотность, прыжок); - Обучающийся хорошо знает различные виды двигательной активности и технику исполнения упражнений и комплексов;	-Обучающийся на среднем уровне освоил элементы народно-сценического, эстрадного, классического танцев, а также комплексы танцевальной гимнастики на развитие физических данных; -Не всегда правильно исполняет основные упражнения и комплексы для развития и укрепления физических данных (шаг, гибкость, стопа, выворотность, прыжок); - Обучающийся имеет поверхностное представление о различных видах двигательной активности и технике исполнения упражнений и комплексов;	-Обучающийся плохо освоил элементы народно-сценического, эстрадного, классического танцев, а также комплексы танцевальной гимнастики на развитие физических данных; -Не умеет правильно исполнять основные упражнения и комплексы для развития и укрепления физических данных (шаг, гибкость, стопа, выворотность, прыжок); - Обучающийся плохо знает различные виды двигательной активности и технику исполнения упражнений и комплексов;

Развитие творческих способностей	Выступления на конкурсах, концертных программах, выполнение диагностических заданий на занятиях.	-Имеет четкое представление о хореографическом искусстве; -Активно проявляет творческий подход к выполнению заданий; - Хорошо умеет определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей, начинать и заканчивать движение с началом и концом музыки; - Уверенно согласует свои движения с музыкой; - Умеет передавать игровые образы различного характера;	-Имеет поверхностное представление о хореографическом искусстве; -Не активно проявляет творческий подход к выполнению заданий; Неуверенно согласует свои движения с музыкой; -Неуверенно определяет характер музыки, меняет характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей, начинает и заканчивать движение с началом и концом музыки; - Может передавать игровые образы различного характера;	-Не имеет четкого представления о хореографическом искусстве; - Не проявляет творческий подход к выполнению заданий; -Не умеет определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей, начинать и заканчивать движение с началом и концом музыки; - Не согласует свои движения с музыкой; - Не умеет передавать игровые образы различного характера;
Личностное развитие	Педагогическое наблюдение	-Присутствует устойчивый познавательный интерес, развитость эмоциональной сферы и образного мышления, интерес к окружающему миру, желание осваивать художественную деятельность.	-Присутствует неуверенный познавательный интерес, Слабо развита эмоциональная сфера и образное мышление, слабо выражен интерес к окружающему миру и желание осваивать художественную деятельность.	-Отсутствует устойчивый познавательный интерес, развитость эмоциональной сферы и образного мышления, не выражен интерес к окружающему миру и желание осваивать художественную деятельность.

Воспитание социальной ответственности, развитие самосознания	Педагогическое наблюдение	-Владеет приемами работы в паре и группе; -Проявляет способность к самостоятельному выполнению какой-либо деятельности -Проявляет добросовестное отношение к труду и к учебе, проявление старательности при выполнении поручений. -Осознает значение выполняемой деятельности.	-Частично владеет приемами работы в паре и группе; -Не активно проявляет способность к самостоятельному выполнению какой-либо деятельности -Не достаточно добросовестно относится к труду и к учебе, проявление старательности при выполнении поручений. -Не в полной мере осознает значение выполняемой деятельности.	-Не владеет приемами работы в паре и группе; -Не проявляет способность к самостоятельному выполнению какой-либо деятельности -Не добросовестно относится к труду и к учебе, проявление старательности при выполнении поручений. -Не осознает значение выполняемой деятельности.
Воспитание культуры здорового образа жизни	Педагогическое наблюдение	- Обучающийся хорошо знает правила поведения на уроке и технику безопасности в хореографическом классе; -Знает приемы гигиены и профилактики травматизма; -Демонстрирует негативное отношение к вредным привычкам	- Обучающийся знаком с правилами поведения на уроке и техникой безопасности в хореографическом классе; - Частично знает приемы гигиены и профилактики травматизма; - Не демонстрирует негативного отношения к вредным привычкам	Обучающийся не знает правила поведения на уроке и технику безопасности в хореографическом классе; - Не знает приемы гигиены и профилактики травматизма; - Проявляет заинтересованное отношение к вредным привычкам

Диагностическая карта
результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы по хореографическому искусству

_____
(Объединение)

Группа № _____ Уровень обучения _____ Дисциплина_____
Дата заполнения _____

№	Ф.И. учащегося	Освоение образовательной программы			Развитие физических способностей			Развитие творческих способностей			Личностное развитие			Воспитание социальной ответственности, развитие самосознания			Воспитание культуры здорового образа жизни		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий

Педагог_____/ _____

Критерии оценки:
Высокий уровень - Полные знания; Выполнение заданий; Хороший уровень приобретенных практических навыков
Средний уровень - Пробелы в знаниях; Частичное выполнение заданий; Средний уровень приобретенных практических навыков.
Низкий уровень - Отсутствие знаний; Невыполнение заданий; Низкий уровень приобретенных практических навыков.

Протокол промежуточной аттестации обучающихся
по ДОП художественной направленности по хореографическому искусству
(наименование программы)

Группа № _____ Уровень _____
Даты проведения _____ Дисциплина_____

№	**Фамилия, имя**	**Уровень достижения предметных результатов**			**Уровень достижения личностных результатов**			**Рекомендации о переводе на следующий период обучения**
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	
1								
2								
3								
	Итого (кол-во / %)							

Педагог_____/ _____

Протокол промежуточной аттестации обучающихся
по ДОП художественной направленности по хореографическому искусству

(наименование программы)

Группа № _____ Уровень _____

Даты проведения _____ Дисциплина_____

№	**Фамилия, имя**	**Уровень достижения предметных результатов**			**Уровень достижения личностных результатов**			**Решение комиссии**
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	
1								
2								
3								
	Итого (кол-во / %)							

Педагог_____/ _____

Член аттестационной комиссии _____/ _____

2.5. Методические материалы

Формы организации образовательного процесса: групповая, обучение детей осуществляется в ансамбле.

Данная форма позволяет решать задачи обучающие, развивающие и воспитательные задачи ДОП по хореографии, а также способствует общему развитию и профессиональному росту юного танцора.

Основные преимущества ансамбля как формы обучения:

Преимущества обучения в танцевальном ансамбле:

- Развитие технических и физических навыков:
  Ансамблевая хореография требует от обучающихся высокой физической подготовки, гибкости, координации движений и силы.
- Развитие творческого потенциала:
  В процессе разучивания и исполнения номеров, обучающиеся учатся импровизировать, создавать новые танцевальные комбинации и выражать свои эмоции через танец.
- Развитие коммуникативных навыков:
  Работа в ансамбле требует от обучающихся взаимопомощи, взаимоуважения и умения работать в команде.
- Воспитание дисциплины и ответственности:
  В ансамбле есть строгие требования к участникам, что способствует воспитанию дисциплины, ответственности и умения планировать свое время.
- Расширение кругозора и творческого развития:
  Танцевальные ансамбли участвуют в концертах и фестивалях, что позволяет им обмениваться опытом с другими коллективами и расширять свой кругозор.
- Изучение классической хореографии:
  Классический танец является основой большинства танцевальных стилей и помогает танцорам развить физические и технические навыки.
- Работа над постановкой номеров:
  Танцоры учатся не только выполнять отдельные движения, но и создавать целые танцевальные номера, подбирая для них музыку, костюмы и сценическое оформление.
- Работа над импровизацией:
  Обучающиеся учатся импровизировать, выражать свои эмоции через танец и создавать новые танцевальные комбинации.
- Овладение навыками командной работы:
  Обучающиеся учатся работать в команде, помогать друг другу и вместе достигать общих целей.

Основная идея ансамбля — синергический эффект, когда целое превосходит сумму составляющих его частей.

Методика преподавания хореографических дисциплин постоянно совершенствуется, и на сегодняшний день в практике используется достаточно

большое количество разнообразных методов и приёмов, которые помогают детям осваивать дисциплину с большей эффективностью. Все эти методы и приёмы складывались в течение долгого времени под влиянием выдающихся педагогов и различных школ преподавания, которые и определили современную методику обучения.

При реализации программы применяются следующие методы обучения:

- Демонстрационно-объяснительный метод.
- Коррекционный метод.
- Коллективно-групповой метод.
- Импровизационный метод.

Демонстрационно-объяснительный метод.

Применяется для демонстрации движений и техник, когда педагог показывает учащимся различные элементы танца. Демонстрация сопровождается объяснением педагога, как правильно выполнять тот или иной элемент танца. Этот метод позволяет обучающимся наглядно увидеть, как должны выглядеть движения, и понять, как их правильно выполнять.

Коррекционный метод.

Педагог проводит разбор движений и техник, выявляет ошибки учащихся и помогает им их исправить. Он обращает внимание на детали и нюансы, объясняет, как правильно выполнять движения, и дает рекомендации по улучшению техники. Этот метод помогает обучающимся совершенствовать свои навыки и достигать более высоких результатов в хореографии.

Коллективно-групповой метод.

Педагог организует работу в коллективе, в ходе которой обучающиеся выполняют хореографические движения вместе. Это способствует развитию навыков сотрудничества, синхронности и взаимодействия в коллективе. Групповая работа также формирует чувства коллективной ответственности и укреплению дружеских отношений между учащимися.

Импровизационный метод.

Используется для развития навыка импровизации и творческого самовыражения.

Реализуется посредством заданий и упражнений, которые позволяют проявить индивидуальность и креативность в хореографии. Этот метод развивает творческое мышление, способность к самовыражению и умение принимать творческие решения.

Педагогические технологии:

Технология обучения в сотрудничестве основана на применении индивидуально-групповой и командно-игровой работы. Основными принципами сотрудничества являются: принцип учения без принуждения; право каждого на свою точку зрения; право на ошибку; успешность; принцип сочетания индивидуального и коллективного воспитания.

Игровые технологии. Музыкальные игры и игровые упражнения развивают музыкальную память, чувство ритма; способствуют совершенствованию и закреплению полученных двигательных умений и навыков в согласовании движений с музыкой, а также помогают лучше воспринимать материал.

Здоровье-сберегающие технологии. Формирование правильной техники исполнения движений, применяются для укрепления мышечного корсета обучающихся, способствуют улучшению осанки, развитию выворотности ног.

Здоровье-сберегающие технологии на занятиях по хореографии подразумевают методы и приемы, направленные на предотвращение чрезмерных нагрузок, предупреждение травм и сохранение здоровья учащихся. В процессе обучения в хореографическом коллективе создается более совершенная, в плане «скульптурности», форма тела; воспитанникам прививаются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, которые они учатся использовать в повседневной жизни, что способствует общему оздоровлению организма.

Технология проектной деятельности пробуждает фантазию, познавательную и творческую активность занимающихся, повышает самостоятельность мышления.

Форма обучения – Практические занятия, в непосредственном контакте с педагогом.

Структура занятия

Основными принципами построения занятия являются: соразмерность отдельных частей урока; грамотный подбор и последовательность выполнения заданий; чередование нагрузки и отдыха. Длительность и соразмерность частей урока может меняться в зависимости от поставленных задач, но на основную часть приходится большая часть времени.

В урок входят подготовительная, основная и заключительная части.

В подготовительной части происходит «настрой» организма на работу, организация учеников, подведение их к основной части занятия. Здесь используются шаговые, беговые и общеразвивающие упражнения, танцевальные соединения. Они способствуют мобилизации внимания, памяти, подготовке внутренних систем организма к физической нагрузке. Упражнения могут проводиться раздельным методом, в движении, в виде музыкальной игры.

Вторая часть занятия направлена на решение основных задач, посвящена глубокой технической проработке танцевальных связок, композиций, соединений. Здесь отрабатываются сложные прыжки, повороты, вращения, трюки, сложно координированные упражнения.

В заключительной части нагрузка снижается с помощью специальных упражнений на расслабление, растяжку и релаксацию.

Ход занятия

1. Вводная часть

-приветствие, поклон педагогу и концертмейстеру

-сообщение цели и задач урока

-разминка

2. Основная часть

- экзерсис у станка и на середине
- выполнение танцевальных движений,
- этюд, танец

3. Заключительная часть

- упражнения на расслабление мышц, растяжка

- обобщение, педагогическая уровень
- поклон педагогу и концертмейстеру

Опирается на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

Основным в освоении хореографических дисциплин является применение следующих принципов: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоции к логике», «от логики к ощущению».

2.6. *Требования техники безопасности в процессе реализации программы*

В процессе реализации программы используется *музыкальное и видео оборудование, спортивный инвентарь, хореографические станки, зеркала.* Все оборудование должно удовлетворять следующим требованиям: быть исправным, не изношенным, устойчивым. Хореографические станки должны быть крепко закреплены к стене и полу. Зеркала должны быть целыми и крепко держаться на стене. Напольное покрытие должно быть чистым и нескользящим. Основной осмотр оборудования на предмет безопасности проводится один раз в год комиссионно, с оформлением соответствующего акта. Функциональный осмотр оборудования на предмет исправности, устойчивости, износа проводится один раз в квартал педагогами, использующими в работе данное оборудование. Визуальный осмотр оборудования на предмет видимых нарушений, очевидных неисправностей проводит педагог перед каждым занятием.

Инструктаж по технике безопасности обучающихся проводит тренер-преподаватель объединения не реже двух раз в год – в сентябре (вводный) и в январе (повторный). Для обучающихся, пропустивших инструктаж по уважительной причине, - в день выхода на занятия; для обучающихся, поступивших в течение учебного года – в первый день их занятий. Этот инструктаж включает в себя: информацию о режиме занятий, правилах поведения, обучающихся во время занятий, во время перерывов в помещениях, на территории учреждения, инструктаж по пожарной безопасности, по электробезопасности, правила поведения в случае возникновения чрезвычайной ситуации, по правилам дорожно-транспортной безопасности, безопасному маршруту в учреждение и т.д. (Инструкция 1).

Непосредственно перед каждым занятием по каждой дисциплине проводится *промежуточный инструктаж* в соответствии с инструкцией 2, который напоминает обучающимся о безопасном поведении на занятиях;

Кроме этого, в процессе реализации программы проводятся следующие *целевые инструктажи*: по поведению во время организованных выездов (инструкция 3), инструкция по правилам поведения во время массовых мероприятий (инструкций 1.1)

Инструкция 1

Инструкция по технике безопасности для обучающихся

ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»

Общие правила поведения для обучающихся Дворца устанавливают нормы поведения в здании и на территории учреждения.

Обучающиеся должны бережно относиться к имуществу, уважать честь и достоинство других обучающихся и работников Дворца и выполнять правила внутреннего распорядка:

- соблюдать расписание занятий, не опаздывать и не пропускать занятия без уважительной причины. В случае пропуска предупредить педагога;
- приходить в опрятной одежде, предназначенной для занятий, иметь сменную обувь;
- соблюдать чистоту во Дворце и на территории вокруг него;
- беречь здание Дворца, оборудование и имущество;
- экономно расходовать электроэнергию и воду во Дворце;
- соблюдать порядок и чистоту в раздевалке, туалете и других помещениях Дворца;
- принимать участие в коллективных творческих делах Дворца;
- уделять должное внимание своему здоровью и здоровью окружающих.

Всем обучающимся, находящимся во Дворце, ЗАПРЕЩАЕТСЯ**:**

- использовать в речи нецензурную брань;
- наносить моральный и физический вред другим обучающимся;
- бегать вблизи оконных проемов и др. местах, не предназначенных для игр;
- играть в азартные игры (карты, лото и т.д.);
- приходить во Дворец в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения. Курить во Дворце, приносить и распивать спиртные напитки (в том числе пиво), употреблять наркотические вещества
- входить во Дворец с большими сумками (предметами), с велосипедами, колясками, санками и т.п., а также в одежде, которая может испачкать одежду других посетителей, мебель и оборудование Дворца;
- приносить во Дворец огнестрельное оружие, колющие, режущие и легко бьющиеся предметы, отравляющие, токсичные, ядовитые вещества и жидкости, бытовые газовые баллоны;
- пользоваться открытым огнём, пиротехническими устройствами (фейерверками, бенгальским огнём, петардами и т.п.);
- самовольно проникать в служебные и производственные помещения Дворца;
- наносить ущерб помещениям и оборудованию Дворца;
- наносить любые надписи в зале, фойе, туалетах и других помещениях;
- складировать верхнюю одежду на стульях в вестибюлях 1-го и 2-го этажей;

- выносить имущество, оборудование и другие материальные ценности из помещений Дворца;
- находиться в здании Дворца в выходные и праздничные дни (в случае отсутствия плановых мероприятий, занятий).

Требования безопасности перед началом и во время занятий

- Находиться в помещении только в присутствии педагога;
- соблюдать порядок и дисциплину во время занятий;
- не включать самостоятельно приборы и иные технические средства обучения;
- поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте;
- при работе с острыми, режущими инструментами надо соблюдать инструкции по технике безопасности;
- размещать приборы, материалы, оборудование на своем рабочем месте таким образом, чтобы исключить их падение или опрокидывание;
- при обнаружении каких-либо неисправностей в состоянии используемой техники, прекратить работу и поставить в известность педагога;

Правила поведения во время перерыва между занятиями

- Обучающиеся обязаны использовать время перерыва для отдыха.
- Во время перерывов (перемен) обучающимся запрещается шуметь, мешать отдыхать другим, бегать по лестницам, вблизи оконных проёмов и в других местах, не приспособленных для игр; - толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем; - употреблять непристойные выражения и жесты в адрес любых лиц, запугивать, заниматься вымогательством. - производить любые действия, влекущие опасные последствия для окружающих
- Во время перемен обучающимся не разрешается выходить из учреждения без разрешения педагога (тренера-преподавателя).

На территории образовательного учреждения

- Запрещается курить и распивать спиртные напитки во Дворце на его территории.
- Запрещается пользоваться осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

- При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке, без паники.
- В случае травматизма обратиться к педагогу за помощью.
- При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу или другому работнику учреждения.

Правила поведения детей и подростков в случае возникновения пожара

- При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить педагогу.
- При опасности пожара находиться возле педагога. Строго выполнять его распоряжения.
- Не поддаваться панике. Действовать согласно указаниям работников учебного заведения.
- По команде педагога эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам.
- При выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом.
- Старшеклассники должны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.

Внимание! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения воспитанникам не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) обучающиеся обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

Правила поведения детей и подростков по электробезопасности

- Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети.
- Отключение прибора производится в обратной последовательности. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.
- Перед включением проверьте исправность розетки сети, вилку и сетевой шнур на отсутствие нарушения изоляции.
- Прежде чем включить аппарат внимательно ознакомьтесь с руководством по эксплуатации, и помните о мерах предосторожности:
- Не загораживайте вентиляционные отверстия, они необходимы для предотвращения перегрева;
- Во избежание несчастных случаев не включайте аппарат при снятом корпусе.
- При прекращении подачи тока во время работы с электрооборудованием или в перерыве работы, отсоедините его от электросети.
- Запрещается разбирать и производить самостоятельно ремонт самого оборудования, проводов, розеток и выключателей.
- Не подходите к оголенному проводу и не дотрагивайтесь до него (может ударить током.)
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой. В случае возгорания электроприборов немедленно сообщите педагогу и покиньте помещение.

Правила для детей и подростков по дорожно-транспортной безопасности

Правила безопасности для обучающихся по пути движения во Дворец и обратно

- Когда идете по улицам, будьте осторожны, не торопитесь. Идите только по тротуару или обочине подальше от края дороги. Не выходите на проезжую часть улицы или дороги.
- Переходите дорогу только в установленных местах, нерегулируемых перекрестках на зеленый свет светофора. На нерегулируемый светофор установленных и обозначенных разметкой местах соблюдайте максимальную осторожность и внимательность. Даже при переходе на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны - может ехать нарушитель ПДД.
- Не выбегайте на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
- Переходите улицу только по пешеходным переходам. При переходе дороги сначала посмотрите налево, а после перехода половины ширины дороги направо.
- Когда переходите улицу, следите за сигналом светофора: красный СТОП - все должны остановиться; желтый - ВНИМАНИЕ - ждите следующего сигнала; зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.
- Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.
- Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом - помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.

Действия при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство:

1. Признаки, которые могут указать на наличие взрывного устройства:
- наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изоленты;
- подозрительные звуки, щелчки, тиканье часов, издаваемые предметом;
- от предмета исходит характерный запах миндаля или другой необычный запах.

2. Причины, служащие поводом для опасения:
- нахождение подозрительных лиц до обнаружения этого предмета.

3. Действия:
- не трогать, не поднимать, не передвигать обнаруженный предмет!
- не пытаться самостоятельно разминировать взрывные устройства или переносить их в другое место!
- воздержаться от использования средств радиосвязи, в том числе мобильных телефонов вблизи данного предмета;
- немедленно сообщить об обнаруженном подозрительном предмете администрации учреждения;
- зафиксировать время и место обнаружения подозрительного предмета;
- по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь, по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора).

4. Действия администрации при получении сообщения об обнаруженном предмете похожего на взрывное устройство:

- убедиться, что данный обнаруженный предмет по признакам указывает на взрывное устройство;
- по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора);
- немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в правоохранительные органы;
- необходимо организовать эвакуацию постоянного состава и учащихся из здания и территории учреждения, минуя опасную зону, в безопасное место.

Далее действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

Инструкция 1.1.

Правила поведения для обучающихся во время массовых мероприятий.

- Во время проведения соревнований, конкурсов, экскурсий, походов и т.д. обучающийся должен находиться со своим педагогом и группой.
- Обучающиеся должны строго выполнять все указания педагога при участии в массовых мероприятиях, избегать любых действий, которые могут быть опасны для собственной жизни и для жизни окружающихся.
- Одежда и обувь должна соответствовать предполагаемому мероприятию (соревнованию, конкурсу, экскурсии, походам).
- При возникновении чрезвычайной ситуации немедленно покинуть Дворец через ближайший выход.

Инструкция 2

Инструктаж по технике безопасности (непосредственно перед занятием по хореографии)

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям в хореографических классах под руководством педагога допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Обучающиеся должны заниматься в тренировочной хореографической одежде или спортивной форме. Форма должна быть без жестких и мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих деталей, позволяющая свободно выполнять движения.

1.3. В хореографическом зале учащиеся должны заниматься в сменной обуви (чешки, балетки, танцевальные туфли, кроссовки). Обувь должна хороша держаться на ноге.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Перед началом занятий необходимо снять с себя часы, цепочки, браслеты, кольца, сережки и другие жесткие и мешающие предметы.

3. **Требования безопасности во время занятий**
   3.1. Перед выполнением движений качественно выполнить разминку и разогреть мышцы.
   3.2. При исполнении движений потоком (один за другим) необходимо соблюдать достаточные интервалы. Возвращаться по краям зала, не мешая другим учащимся.
   3.3. Не выполнять без страховки и без разрешения преподавателя сложные элементы и движения.
   3.4. Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.
4. **Требования безопасности по окончании занятий**
   4.1. Убрать используемый инвентарь
   4.2. Выключить электроприборы
   4.3. Организованно, не спеша выйти из зала
   4.4. Проветрить помещение
   4.5. Тщательно вымыть руки с мылом

2.7. Рабочая программа воспитания

Воспитательная работа в коллективах осуществляется на основе Программы воспитательной работы учреждения, принятой на заседании методического совета ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер» протоколом № 4 от 18.02.2021 г. и утвержденной директором.

Программа воспитания за счет предусмотренных в ней направлений и форм работы дополняет общеразвивающие программы и учитывается при их разработке как в содержании программного материала, так и при планировании мероприятий за рамками учебного плана, позволяет комплексно подойти к решению образовательных (в том числе воспитательных) задач, поставленных перед учреждением дополнительного образования в современных условиях интенсивной модернизации системы образования.

Цель: Создание условий для развития творческих способностей детей и молодежи, оказание поддержки и сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи, способствующие их профессиональному и личностному становлению.

Задачи:

- Совершенствование и реализация системы развития детской одаренности и творческих способностей молодежи.
- Формирование у молодежи адекватных представлений об избранной профессиональной деятельности и собственной готовности к ней.
- Повышение уровня информированности детей, молодёжи и родителей по проблемам, связанным с различными асоциальными явлениями в обществе.
- Повышение уровня информированности детей, молодёжи и родителей по проблемам, связанным с различными асоциальными явлениями в обществе.
- Формирование у молодежи личностных и социально значимых качеств, готовности к осознанному профессиональному выбору.

Приоритетные направления деятельности:

Программа воспитания ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер» *включает в себя шесть сквозных подпрограмм*:

1) Программа формирования и развития творческих способностей учащихся, выявления и поддержки талантливых детей и молодежи.

2) Программа духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактики экстремизма и радикализма в молодежной среде.

3) Программа социализации, самоопределения и профессиональной ориентации.

4) Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма).

5) Программа восстановления социального статуса ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и включение его в систему общественных отношений.

6) Программа формирования и развития информационной культуры и информационной грамотности.

Сквозные подпрограммы воспитания содержат механизмы достижения поставленных целей и задач средствами всех общеразвивающих образовательных программ, реализуемых в учреждении; и в тоже время, дополняют, усиливают их другими направлениями работы, позволяющими комплексно охватить весь спектр воспитательных функций образовательного учреждения.

Формы и методы воспитательной работы:

- Словесные (диспуты, дебаты, лекции);
- Наглядные (выставки, музеи, экскурсии);
- Практические (шефская активность, наставническая деятельность, участие в фестивалях и конкурсах).

2.8. Календарный план воспитательной работы

№ п\п	Основные направления	Виды деятельности	Дата	Место проведения	Ответственный
1.	Формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи	Участие в международных, всероссийских, областных, конкурсах, фестивалях, выставках: Открытый Всероссийский конкурс хореографических коллективов и солистов на приз народного артиста РСФСР, профессора, кавалера ордена ООН Бориса Сергеевича Санкина «Серебряные крылышки» Международный многожанровый конкурс "КИТ" Международный фестиваль-конкурс детских, юношеских, молодежных, взрослых творческих коллективов и исполнителей «Адмиралтейская Звезда» Международный конкурс-фестиваль «Пассионарии культуры» Городской конкурс хореографических коллективов «Весенняя мозаика» и другие «Осенины» «Встреча с красавицей Осенью» - встреча осени, познавательно-развлекательное мероприятие, для знакомства с осенними обрядами и приметами. фотоконкурс «Осенний огород» «Встреча с интересными людьми или взаимосвязь со старшим поколением». В рамках «Дня пожилого человека». «Месяц народных забав» - знакомство с народными играми, согласно тематике занятия «Мастерская чудес» - участие в творческих мастерских с народными умельцами.	По графику проведения По графику проведения По графику проведения Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль	г. Тюмень г. Тюмень г. Тюмень	Краснопеева В.Ю. Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П.

		«Месяц сказок» совместный просмотр и обсуждение народных сказок «Искусство внутри меня» - выставка рисунков «Время открытий» - это месяц посещения музейных выставок «Фестиваль русских традиционных народных игр» или «Наша вечерка» - для детей младшего возраста на свежем воздухе проходит фестиваль уличных игр Подготовка документов в Базу данных талантливых детей и молодежи ТО. Участие в мероприятиях, проводимых в учреждении: - День открытых дверей, - Новогоднее представление - Концерт к 23 февраля - Концерт к 8 марта - Концерт ко дню Победы - День защиты детей. -Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Роль семьи в развитии способностей ребёнка Творчество – как отражение внутреннего мира ребёнка Особенности семейного воспитания одарённого ребёнка	Март Апрель Май		Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П.
2.	Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни: профилактика употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних	Проведение инструктажа и бесед по технике безопасности и общим требованиям в учреждении. Беседы: - «О здоровом образе жизни». -«Правила личной безопасности», -«Табак. Секреты манипуляции». Беседа по профилактике курения с использованием видеоролика «Курение – опасное увлечение».	Сентябрь - Январь 1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В.

		Беседы: -«Полет и падение. Понятие о веществах, способных влиять на психику». -«Горькие плоды «сладкой жизни»» или о тяжких социальных последствиях употребления наркотиков, ПАВ». -«Зимние угрозы» – правила обращения с петардами, бенгальскими огнями и т.д. «Правила поведения с подозрительными предметами» «Правила поведения на занятиях» Организация активный отдых в каникулы: Веселые старты – занятия на улице Совместные спортивные мероприятия (велопрогулки, катание на роликах) Дружеские соревнования с другими студиями ДТиС «Пионер» - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Признаки антисоциального мировоззрения в детском и подростковом возрасте Роль семейного воспитания в профилактике девиантного поведения	1 раз в квартал 1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. Педагог и психолог
	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма	Проведение инструктажей и тематических бесед с обучающимися: - «Безопасный маршрут в учреждение». -«Автомобиль, дорога, пешеход» - «Безопасное поведение детей в пассажирском транспорте». - «Безопасное поведение в период каникул: у ПДД каникул не бывает».	1 раз в квартал Апрель, май	ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П.

		- «Безопасное поведение детей на велосипеде и самокате». - «Безопасность юных пешеходов на дорогах города». - «Детский дорожно-транспортный травматизм». - «Особенности движения транспорта и пешеходов в осенне-зимний период». - «Использование световозвращающих элементов в целях обеспечения дорожной безопасности детей». «Правила поведения вблизи ЖД путей»	Ноябрь, декабрь		
3.	Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма, включая мероприятия по антитеррористической направленности	-Беседа «Порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций». -Беседа «Требования безопасности при обнаружении подозрительного предмета». «Действие при обнаружении подозрительного предмета» Просмотр видео-ролика по профилактике терроризма «Это должен знать каждый: твоя школа безопасности» - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Психолого-педагогические условия патриотического воспитания в семье Экстремистские организации как один из видов неформальных молодежных объединений. Профилактика экстремизма в молодежной среде.	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. Педагог и психолог
4.	Восстановление социального статуса ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и	Посещение и участие в творческих конкурсах и фестивалях, напр., фестиваль «Будущее для всех». Ведение индивидуальной работы с семьями и обучающимися с ОВЗ, требующими дополнительного педагогического внимания.			Краснопеева В.Ю,

	включение его в систему общественных отношений.	Ведение с детьми «Портфолио» с целью обучить самостоятельности и навыкам самооценки, собрать информацию о динамике продвижений с использованием необходимых установок-мотиваторов: «Я могу», «Мы вместе». Организация экскурсий обучающихся и их родителей в музеи, выставочные залы, к памятникам архитектуры, на природу. Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями). Организация мероприятий и участие в мероприятиях ДТиС «Пионер», которые определяют основную роль в успешности ребенка, в т.ч. с ОВЗ; Организация занятий с учетом индивидуального подхода к обучающимся с ОВЗ и предоставление им возможностей с учетом их особенностей; Участие обучающихся с ОВЗ в мероприятиях, которые помогают формированию у них новых компетенции, общей культуры, гражданско-патриотического качества личности, мотивации к активной деятельности, интеграции в систему конструктивных отношений общества.	В течение учебного года В течение учебного года	ДТиС «Пионер»	Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. Педагог и психолог, привлеченные специалисты
5.	Формирование и развитие информационной культуры и информационной грамотности.	Участие в проведении Единого урока по безопасности в сети Интернет, а также в ежегодных мероприятиях для детей, подростков, молодежи и педагогов по цифровой грамотности «Сетевичок». Беседы: «Правила безопасности в сети интернет». «Негативное влияние информации на психическое состояние ребенка» «Хорошо или плохо влияет информация из интернета на эмоциональное состояние ребенка?»	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Педагог и психолог, привлеченные специалисты Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В.

		«Дети и современное интернет-пространство» «Неразрывность информации и культуры, неотъемлемость информационной культуры от общей культуры человека»; «Обеспечение мировоззренческих установок и ценностных ориентаций личности по отношению к информации как к элементу культуры; «Препятствие дегуманизации и замене духовных ценностей достижениями, вызванными к жизни беспрецедентным ростом и развитием информационно-коммуникационных технологий» Создание памятки «Безопасность ребенка в сети интернет»	В течение учебного года		Ефимов Д.Г. Малахова Е.П.
6.	Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация.	Индивидуальная работа с семьями и обучающимися, требующими дополнительного педагогического внимания. Посещение концертов, проводимых в ДТиС «Пионер». Посещение творческих конкурсов и фестивалей - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) "Профессиональное самоопределение как средство социализации и адаптации учащихся в современных условиях" «Профориентация сегодня: как помочь ребенку выбрать профессию»	По графику проведения 1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. Педагог и психолог
7.	Социально-психологическое сопровождение образовательного процесса	Индивидуальные беседы с родителями. Беседа с родителями «Методы стимуляции деятельности ребенка» Совместный тренинг – общение «Дети – Родители» Консультации психолога.	По необходимости Сентябрь, май Январь По необходимости	ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. Педагог и психолог

8.	Работа с родителями	Представление информации об объединениях на Дне открытых дверей. Встреча с родителями воспитанников. Организационное родительское собрание «Задачи учебного года. Единые требования к занятиям. Наши традиции». Выборы родительского комитета. Организация работы родительского комитета. Индивидуальные и коллективные беседы с родителями до и после занятий. Беседа с родителями «Безопасность ребенка в сети интернет» Родительские собрания: - «Дети и современное интернет-пространство» (по материалам, предоставленным аппаратом Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка). -«Признаки употребления психотропных веществ подростком» -«Формирование положительной самооценки ребенка – важная составляющая семейного воспитания». Подготовка и проведение мероприятий совместно с родителями (концерты, фестивали, выставки). Проведение мастер – классов для родителей обучающихся. Проведение открытых и отчетных занятий для родителей.	Август Сентябрь Сентябрь В течение учебного года В течение учебного года Декабрь, май	ДТиС «Пионер» ДТиС «Пионер» ДТиС «Пионер»	Краснопеева В.Ю, Ткачук А.В. Ефимов Д.Г. Малахова Е.П. .

Раздел № 3 «Ресурсное обеспечение»

3.1. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы.

В соответствии со ст. 46 Федерального закона «Об образовании в РФ» право на занятие педагогической деятельностью имеют лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

В соответствии с профессиональным стандартом к должности «педагог дополнительного образования» предъявляются следующие требования к образованию:

высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки», либо в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».

Перечень оборудования, используемого для реализации программы

Танцевальный зал площадью не менее 75 кв. м. должен иметь специализированные покрытие (Арлекин), зеркала размером 7 м х 2 м на одной стене, раздевалки для обучающихся и преподавателей.

Наименование	Кол-во
Звуковоспроизводящую технику (магнитофоны, аудио-проигрыватели)	1 шт.
Техника для визуального показа (DVD проигрыватель или компьютер, телевизор или экран)	1 шт.
Гимнастические палки	10 шт.
Гимнастические ковры	10 шт.
Скакалки	10 шт.
Мячи	10 шт.
Гимнастические резинки	6 шт.

3.2. Перечень методических пособий и дидактических средств

Список литературы для педагога

- Нравственно-эстетическое воспитание младших школьников средствами искусства. // Начальная школа. /Арзямова Г. В. - 1982. - № 4.
- Ваганова А. Основы классического танца - Л.: Искусство, 1963.

- Венский вальс: как воспитать чемпиона [текст] / Г. Смит-Хэмпшер. – Томск: STT, 2000 – 288 с.
- Введение в педагогическую профессию. - М.: Пед. общество России, 1999.
- В вихре вальса [текст] / Д. А. Ермаков. – Донецк: АСТ, 2003 – 61 с.
- Воспитание в современной школе. - М.: Ноосфера, 1999.
- Жизнь и творчество / Голейзовский К.. - М., 1984.
- Записки балетмейстера. / Захаров Р. - М.: Искусство, 1976
- Искусство балетмейстера/ Смирнов И. В.. - М.: Просвещение, 1986.
- Классические танцы: танго и медленный вальс [текст] / О. В. Иванникова. – Донецк: АСТ, 2003 – 74 с 9. Образы русской народной хореографии/ Голейзовский К. М., 1980.
- Музыкальное движение. /Руднева С, Фиш Э. - СПб.: Гуманитарная академия, 2000
- Музыка и движение/ Бекина С, Ломова Т.. - М.: Просвещение, 1983.
- Музыкальное оформление уроков танца/ Ладыгин Л. - М 1980.
- На танцплощадке … три века назад [текст] / Т. В. Цареградский. – Москва, 1991.
- Первые уроки музыки и творчества: Популярная библиотека для родителей и педагогов./ Юдина Е. И. - М.: «Аквариум ЛТД», 1999.
- Пересмотренная техника Европейских танцев [текст] / А. Мур. – СПб., 1993..
- Поиски и решения /Уральская В. - М.: Сов. Россия, 1973.
- Популярные вариации [текст] / А. Мур. – Кингстон, 1989.
- Работа над танцевальной речью [текст] / Г. Ф. Богданов. – Москва, 2004..
- Секрет танца/Сост. Т.К. Васильева. - СПб.: Диамант, Золотой век, 1997.
- Танцы народов России: Репертуарный сборник № 14 /Степанова Л.. - М., 1973
- Танец на эстраде /Шереметьевская Н. - М.: Искусство, 1985.
- Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера [текст] / Ю. И. Громов. – СПб. 1997.
- Учите детей танцевать [текст] / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Квентная. – СПб.: Век информации, 2009.
- Эстетическое воспитание на уроках хореографии. / Савченко Е. // Учитель. - 2003.

Литература для детей

- Азбука классического танца/ Базарова Н., Мей В. - М-Л 1999.
- Историко-бытовой танец/ Васильева-Рождественская М. В. - М., 1968.
- Душой исполненный полет /Габович М. - М., 1967.
- Вступление в балет /Жданов Л. - М.: Планета, 1986.
- Музыкальное движение / Руднева С, Фиш Э.. - СПБ.: Гуманитарная академия, 2000.
- Секрет танца / Сост. Васильева Т. К. - С Пб.: Диамант, Золотой век, 1997.
- Танец на эстраде /Шереметьевская Н - М.: Искусство, 1985.
- Алексеев Н.А. Психолого-педагогические проблемы развивающего дифференцированного обучения: Монография. Челябинск: Изд-во ЧГПИ “Факел”, 1995. 167с.

Перечень полезных интернет-ссылок

- *http://rusdsu.ru/*
- *http://www.ballroom.ru/default.asp*
- *http://dancesport.ru/*
- *https://www.worlddancesport.org/*

Перечень расходных материалов, учебно-методических пособий и личного имущества, которые необходимо приобрести обучающимся

1. Танцевальная форма: балетки, джазовки, белые носки;
- для девочек – купальники (белый или черный), юбки (белая или черная), лосины и шорты (черные);
- для мальчиков: футболка (белая или черная), шорты и трикотажные брюки (черные).
2. Костюм для сценических выступлений.
3. Коврик гимнастический, скакалка.