Департамент образования Администрации города Екатеринбурга.
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования -
Центр детского творчества

Программа рассмотрена и рекомендована
к утверждению на заседании
Методического совета МБУ ДО - ЦДТ
протокол от 16.06.2023 №4

УТВЕРЖДАЮ
_____/Т.Г. Хисамова
Директор МБУ ДО - ЦДТ
приказ от 16.06.2023 №38

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

Танцевальный коллектив «Dance Mix»

Возраст обучающихся	7-17 лет
Срок реализации	4 года
Количество часов	576 часов

Автор-разработчик:
Безусова Наталья Сергеевна
Шамаева Ольга Николаевна
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2023 г

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	7
1.3.	Планируемые результаты программы	7
1.4.	Содержание программы	8
1.4.1.	1 год обучения - Стартовый уровень	9
1.4.2.	2 год обучения - Стартовый уровень	11
1.4.3.	3 год обучения - Базовый уровень	13
1.4.4.	4 год обучения - Базовый уровень	16
II.	Комплекс организационно-педагогических условий	20
2.1.	Календарный учебный график	20
2.2.	Условия реализации программы	21
2.3.	Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	22
	Список литературы	24
	Приложения	26

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: художественная.

Танец ─ это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, оценить красоту музыки, движения, а также привлечь детей к здоровому образу жизни.

Программа разработана на основе нормативно-правовой документации:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 24-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (в редакции 2013 г.).

Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Приказ Министерства образования и моложёной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Федеральный закон от 13.07.2020 № 189 ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом.

Устав МБУ ДО-ЦДТ.

Актуальность образовательной программы заключается в том, что в настоящее время современные танцы привлекают подростков, так как это модно и танцевальная аэробика открывает новые стили. Родителям очень важно, чтобы их ребенок был здоров и развивался не только творчески, но и физически. Занятия хореографией помогают детям скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Хореография помогает формированию культуры здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что через специальные упражнения партерной гимнастики и акробатики, которые дают значительную физическую нагрузку, развиваются общефизические качества, хореографические навыки развиваются через разучивания танцевальных элементов, а благодаря проектной деятельности, обучающиеся развиваются творчески.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что в ней совмещены несколько танцевальных направлений, таких как Hip-hop, Vogue, «zumba», «Танцевальная импровизация» позволяющих осуществить комплексную физическую и хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Адресат

Программа разработана для обучающихся 7-17 лет. Группы формируются по возрасту: 7-10 лет, 10-13 лет, 13-14 лет, 15-17 лет.

Численный состав обучающихся в группе не должно быть менее 8 человек и не должен превышать 17 человек.

Психолого-педагогические особенности.

Возрастные особенности детей 8-10

Все еще слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей 8-10 лет. Рекомендации педагогу, занимающегося с этой возрастной группой; больше использовать игровых приемов; учитывать, что результат работы на первых занятиях влияет на дальнейший эмоциональный настрой и интерес к занятиям. Более продуктивна работа в парах; желательно главную роль поручать менее уверенным в себе и не склонным к лидерству детям, т. к. им необходимо повышать самооценку.

Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений.

Возрастные особенности детей 10-13

В младшем школьном возрасте появляются такие психические новообразования, как произвольность деятельности, навыки волевой регуляции. Ребенок овладевает способностью контролировать свои действия, планирует их, поэтому деятельность становится целенаправленной. В процессе обучения все больше психических новообразований отмечается в развитии познавательных процессов. Расширяется объем внимания, способность к его концентрации и распределению; более точным, полным и дифференциальным становится восприятие, формируется воображение. Все большую роль начинает играть слово; развивается словесно-логическое мышление.

Учитывая эти особенности, важно укреплять и развивать мышцы брюшного пресса и малого таза, а также следить за осанкой и походкой. Таким образом, занимаясь гимнастикой и акробатикой в подростковом возрасте, происходит ряд положительных сдвигов в состоянии здоровья.

Возрастные особенности детей 13-14

В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. «Пусть ваш воспитанник будет ершистым, непокорным, своевольным - это несравненно лучше, чем безмолвная покорность, безволие. Безволие, никчемность - родная сестра подлости». Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Возрастные особенности детей 14-15

Ранняя юность период завершения физического развития человека. Повышается работоспособность, улучшается самочувствие, дети более энергичны. Общие умственные способности человека к этим годам, как правило, уже сформированы, и такого быстрого роста их, как в детстве уже не наблюдается, однако они продолжают совершенствоваться.

Подростковый кризис постепенно отступает, меньше поведенческих проблем. Повышается регуляция поведения, внутренний контроль, появляется умение скрывать свои мысли и чувства. Юноши и девушки становятся самокритичны и чувствительны к критике.

Раньше всего подростки добиваются поведенческой автономии в сфере досуга. И если подростковый возраст наиболее труден в дисциплинарном отношении, то ранняя юность дает максимум эмоциональных проблем, часто вызывая психологическое отчуждение детей от родителей.

Возрастные особенности детей 15-17

Это период завершения физического созревания, когда организм достигает биологической зрелости, поэтому стремление выделиться, обратить на себя внимание, интерес к противоположному полу становится особенно значительными. Отсюда озабоченность своей внешностью, стремление к броским нарядам. Человек, уверенный в себе в таком подтверждении не нуждается.

Юность особенно чувствительна к внутренним психологическим проблемам. Этот возраст ценит в себе и других убеждения, кругозор, умственные способности, волю, стремятся к росту, развитию, творчеству, критическому мышлению. Подростки уделяют повышенный интерес к человеческой личности и межличностному общению, которое становится особенно значительным и избирательным.

В этот период многие старшие школьники сталкиваются с переживаниями одиночества. Тогда они тянутся к педагогу, если чувствуют в нем друга, понимающего собеседника, советчика. Бывают проблемы, которые лучше решить с педагогом, чем с родителями.

Вообще, обучающиеся этой возрастной группы знают и выполняют все упражнения. Остаются для изучения, повторения все движения из предыдущей возрастной группы, только усложняются комбинации, темы движений, координация. Дети в этом возрасте сами могут контролировать нагрузку (под наблюдением педагога), они ощущают грань, за которой может быть опасно для здоровья. Продолжаются занятия партерной гимнастикой, где я даю много силовых упражнений на укрепление мышц спины, рук, ног, пресса, гибкость, выворотность, растяжку

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа:
1 год обучения - 30 минут.
2,3,4 год обучения – 40 минут.
Перерыв между учебными занятиями -10 минут.
Длительность одного занятия: 2 академических часа.
Периодичность занятий в неделю: 2 раза.

Срок реализации программы: 4 года

Объем программы:

Общий объем программы: 576 часов;
1 год обучения: стартовый уровень 144 часа;
2 год обучения: стартовый уровень 144 часа;
3 год обучения: базовый уровень 144 часа;
4 год обучения: базовый уровень 144 часа;

Содержание и материал общеразвивающей программы организован по принципу дифференциации в соответствии с уровнями сложности:

1-2 год обучения - стартовый уровень. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

3-4 год обучения – базовый уровень. Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-

тематического направления программы. Предполагает освоение умений и навыков с углублением определенных тем.

Особенности реализации программы: программа может реализовываться в дистанционной форме обучения через онлайн платформы. Разработаны видео занятия.

Формы обучения: очная.

Виды занятий: семинары, тренинги, имитационно-ролевые игры, мастер-классы, круглые столы и т.п. Занятия проводятся в группах и малыми группами. Основными формами работы являются: тренировки, репетиции, открытые и зачётные занятия, спортивные праздники.

Формы подведения итогов реализации программы: наблюдение, зачетные занятия, участие в мероприятиях различного уровня, где оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года.

Воспитательная работа.

Воспитательная работа с обучающимися проводится в соответствии с рабочей программой воспитания МБУ ДО-ЦДТ, ее ежегодного плана.

Цель программы воспитания: развитие и социализация в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами, как основы воспитанности обучающихся.

Задачи программы воспитания:

- развивать морально-нравственные качества обучающихся: честность; доброту; совесть; ответственность, чувства долга;
- развивать волевые качества обучающихся: самостоятельность; дисциплинированность; инициативность; принципиальность, самоотверженность, организованность;
- воспитывать стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- приобщать обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- формировать нравственное отношения к человеку, труду и природе;

Планируемые результаты воспитания:

- развиты морально-нравственные качества обучающихся: честность; доброта; совесть; ответственность, чувство долга;
- развиты волевые качества обучающихся: самостоятельность; дисциплинированность; инициативность; принципиальность, самоотверженность, организованность;
- развито стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- сформирован интерес обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- сформировано нравственное отношения к человеку, труду и природе.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, викторина, встреча с интересными людьми, дискуссия, тренинг, посещение театра, организация конференции, экскурсия, олимпиада, смотр, конкурс и др.

Методы воспитательного воздействия: убеждение, внушение, заражение «личным примером» и подражание, упражнения и приучение, обучение, стимулирование (методы поощрения и наказания, соревнование), контроль и оценка и др.

1.2.ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Цель: развитие творческих, физических, художественно-эстетических качеств ребенка посредством занятий в танцевальном коллективе.

Задачи:

Обучающие:

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями хореографии;
- знакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- формировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве;
- обучать выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения.
- знакомить с разными направлениями современного танца.

Развивающие:

- развивать творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.
- знают различные направления современного танца.

Воспитательные:

- прививать интерес к танцевальному творчеству;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщать к здоровому образу жизни.

1.3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

Предметные:

- выработан комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями хореографии;
- знают историю танца, различные танцевальные культуры;
- сформирована исполнительская культура и навыки ориентации в сценическом пространстве;
- умеют выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- знают разные направления современного танца.

Метапредметные:

- развиты творческие способности обучающихся, эмоциональная отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- развит опорно-двигательный аппарат, сформирована правильная осанка, скорректирована профилактика плоскостопия, органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
- развита мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

Личностные:

- привит интерес к танцевальному творчеству;
- сформирована культура общения, дружеские взаимоотношения в коллективе;

- сформировано чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- сформировано понятие о здоровом образе жизни.

1.4.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Название темы	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения
1	Вводное занятие.	2	2	2	2
2	Комплекс упражнений партерной гимнастики.	24	24	24	-
3	Танцевальные движения	36	26	-	-
4	Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «zumba»	34	-	-	-
5	Трюковые элементы современной хореографии.	22	20	26	-
6	Танцевальная импровизация	24	20	20	-
7	Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop»	-	20	-	-
8	Постановочно-репетиционная работа	-	24	24	30
9	Проектная деятельность.	-	6	6	6
10	Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» и «Vogue»	-	-	40	-
11	Актерское мастерство	-	-	-	16
12	Партерная гимнастика	-	-	-	30
13	Эстрадный танец	-	-	-	26
14	Современный танец	-	-	-	32
15	Как танцуют в разных странах	-	-	-	-
16	Умные каникулы	-	-	-	-
17	Итоговое занятие	2	2	2	2
	Всего часов	144	144	144	144

1.4.1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС «1 ГОД ОБУЧЕНИЯ – СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ»

Цель первого года обучения: изучение простейших элементов аэробики, танцевальных элементов «zumba», исполнение простых танцевальных композиций и танцев.

Задачи:

- дать представление о направлении современного танца «zumba», об истории развития;
- развивать координацию, гибкость, выносливость;
- обучать основным элементам современного танца в направлении «zumba»;
- обучать составлению этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- развивать коммуникативные качества.

Планируемые результаты первого года обучения:

- знают направления современного танца «zumba», об истории развития;
- имеют физические качества такие, как гибкость, выносливости и координация;
- умеют выполнять основные элементы современного танца «zumba»;
- умеют составлять этюды на основе изученных танцевальных элементов;
- развиты коммуникативные качества.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ - СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	**2**	**1**	**1**	
2.	Комплекс упражнений партерной гимнастики: 2.1. Физическая подготовка. 2.2. Релаксация	**24** 18 6	**4** 2 2	**20** 16 4	Тест «Гимнастика»
3.	Танцевальные движения	**36**	**4**	**32**	Наблюдение
4.	Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «zumba»	**34**	**4**	**30**	Викторина «Что? Где? Когда?»
5.	Трюковые элементы современной хореографии.	**22**	**2**	**20**	Викторина «Элементы»
6.	Танцевальная импровизация	**24**	**2**	**22**	Наблюдение
7.	Итоговое занятие.	**2**	**1**	**1**	Анкетирование
8.	Всего.	**144**	**18**	**126**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Тема 1. Вводное занятие:

Теория:

- беседа о технике безопасности;
- знакомство друг с другом;
- знакомство детей с целью и задачами на учебный год;

- знакомство с правилами безопасности труда;
- входная диагностика физических данных.

Практика: Беседа по пройдённому материалу

Тема 2. Комплекс упражнений партерной гимнастики:

Тема 2.1. Физическая подготовка.

Теория: рассказ о появлении современного танца, беседа о форме одежды на занятии, освоение и выполнение упражнений по ОФП.

Практика: выполнение упражнений:

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

Тема 2.2. Релаксация

Теория: познакомить с правилами и особенностями выполнения упражнений комплекса на релаксацию

Практика: выполнение комплекса упражнений, направленных на постепенное расслабление (растяжка, релаксация), полное расслабление - «музыкальная релаксация».

Тема 3. Танцевальные движения:

Теория: знакомство особенностями танцевальных элементов, техникой выполнения, беседа о правильном питании.

Практика:

- выполнение танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- отработка шагов: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках;
- выполнение подсков вперёд и назад, в комбинации с галопом;
- лёгкий бег вперёд и назад, в повороте (в различных комбинациях с другими движениями).

Тема 4. Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «zumba»:

Теория: беседа о современных направлениях танцевальной аэробики и «zumba»:

Практика: отработка упражнений:

- танцевальные комбинации на развитие общих физических данных;
- позы и движения на растяжку;
- элементы гимнастики и акробатики.

Тема 5. Трюковые элементы современной хореографии:

Теория: правила безопасности при изучении и выполнении, знакомство с оборудованием при исполнении (маты, утяжелители).

Практика: выполнение элементов:

- колесо;
- переворот на спину через плечо;
- мост с переворотом вперед, назад.

Тема 6. Танцевальная импровизация:

Теория: Знакомство с импровизацией в танце, методами и способами импровизации.

Практика: выполнение упражнений:

- детям предлагается изобразить мимикой, жестами, танцевальными движениями определенное животное, растение или неодушевленный предмет.
- образы природы в музыке. Определяется какой-либо образ, какое-либо время года. Под

подходящую музыку дети изображают эти образы.

- «Стенка на стенку».
- «Броуновское движение».
- свободная импровизация под музыку, включенную педагогом.

Тема 7. Итоговое занятие

Теория: Беседа об итогах года, достижениях обучающихся.

Практика:

- Проверка умений и навыков, приобретенных за год на открытом занятии.

1.4.2. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС «2 ГОД ОБУЧЕНИЯ – БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ»

Цель 2 года обучения - развитие танцевально-исполнительских способностей, обучающихся по средствам ознакомления Hip-hop культурой, исполнение танцевальных композиций и танцев.

Задачи:

- знакомить с новым направлением современного танца Hip-hop;
- развивать физические качества: гибкость, быстрота и выносливость;
- развивать коммуникативные умения при работе в паре, в танцевальном коллективе;
- обучать основным элементам современного танца в направлении Hip-hop;
- обучать самостоятельно сочинять танцевальные этюды;
- развивать фантазию и образную память.

Планируемые результаты второго года обучения:

- знают основные направления современного танца Hip-hop;
- развиты физические качества: гибкость, быстрота и выносливость;
- развивать коммуникативные умения при работе в паре, в танцевальном коллективе;
- обучать основным элементам современного танца в направлении Hip-hop;
- обучать самостоятельно сочинять танцевальные этюды;
- развивать фантазию и образную память.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ - СТАРТОВЫЙ

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	**2**	**1**	**1**	
2.	Комплекс упражнений партерной гимнастики:	**24**	**4**	**20**	Тест «Гимнастика»
	2.1. Физическая подготовка.	14	2	12	
	2.2. Релаксация	10	2	8	
3.	Танцевальные движения	**26**	**2**	**24**	Наблюдение
4.	Трюковые элементы современной хореографии.	**20**	**2**	**18**	Викторина «Элементы»
5.	Танцевальная импровизация	**20**	**2**	**18**	Наблюдение
6	Комплекс упражнений с	**20**	**4**	**16**	Викторина «Что?

	использованием элементов современной хореографии: «hip-hop»				Где? Когда?»
7.	Постановочно-репетиционная работа	**24**	**4**	**20**	Наблюдение
8.	Проектная деятельность.	**6**	**2**	**4**	Наблюдение
9.	Итоговое занятие	**2**	**1**	**1**	Анкетирование
10.	Всего	**144**	**22**	**122**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Тема 1. Вводное занятие.
Теория:

- Организационные вопросы.
- Инструктаж по технике безопасности.
- Режим занятий, расписание.

Практика: беседа по правилам техники безопасности
Тема 2. Комплекс упражнений партерной гимнастика:
Тема 2.1. Физическая подготовка.
Теория: беседа о форме одежды на занятии, влиянии здорового образа жизни на физическую подготовку танцора.
Практика: выполнение упражнений:

- Упражнений, направленных на разогрев мелких группы мышц.
- Упражнения для мышц шеи: наклоны головы вперед, вправо, влево.
- Прогибы корпуса в направлении вперед, назад, в сторону.
- Отжимание.
- Плечевой пресс.
- Приседания на одной ноге.
- Упражнение «велосипед», «ножницы», «цифры».
- Лежа на спине, подъем ягодиц вверх.
- Вдавливание поясницы.
- Пресс.
- Лежа на животе, прогибы назад, «лодочка».

Тема 2.2. Релаксация
Теория: освоение упражнений комплекса на релаксацию
Практика: комплекс упражнений, направленный на постепенное расслабление (растяжка, релаксация) полное расслабление - «музыкальная релаксация»
Тема 3. Танцевальные движения:
Теория: Проложить знакомить с современными танцевальными движениями и музыкальными постановками.
Практика:

- изучение танцевальных элементов современной хореографии;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов, выполнение танцевальных связок;
- выполнение упражнений: скольжения, «слайды»; изолированные движения отдельными частями тела;
- соединения базовых элементов и элементов акробатики.

Тема 4. Трюковые элементы современной хореографии:
Теория: правила безопасности при изучении и выполнении трюковых элементов, особенность выполнения трюков, знакомство с оборудованием при исполнении (маты, утяжелители)

Практика: выполнение упражнений:

- колесо на одной руке;
- боковой переворот;
- переворот на спину через плечо;
- мост с переворотом вперед, назад.

Тема 5. Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop»:
Теория: беседа о современных направлениях танцевальной аэробики и «hip-hop».
Практика:

- отработка танцевальных комбинаций на развитие общих физических данных;
- разучивание элементов «hip-hop», танцевальной аэробики;
- соединение базовых элементов «hip-hop» и акробатики;
- подпрыгивания;
- элементы гимнастики и акробатики.

Тема 6. Танцевальная импровизация
Теория: важность импровизации, качество движений, работа над физическими формами.
Практика: выполнение упражнений на импровизацию, постановка этюдов по музыку, свободная импровизация.
Тема 7. Постановочно-репетиционная работа.
Теория: беседа о гигиене костюма, постановке номера.
Практика:

- Комплексы танцевальной аэробики для показательных выступлений
- Прослушивание музыкального сопровождения.
- Изучение танцевальных движений и комбинаций танца постановки и т.п.
- Отработка сюжетных комбинаций.
- Изучение и отработка танцевальных постановок.
- Отработка движений и комбинаций до правильного исполнения танца.
- Отработка характера исполнения танца.
- Репетиция сольных и коллективных номеров.
- Подготовка танца к показу зрителям.

Тема 8. Проектная деятельность.
Теория: этапы проектной деятельности, выбор темы.
Практика:

- Подбор музыкального сопровождения;
- Подбор костюма;
- Подбор и отработка выбранных танцевальных движений;
- Показ подготовленного танца (защита проекта).

Тема 9. Итоговое занятие
Теория: беседа об итогах года, достижениях обучающихся.
Практика: открытое занятие

1.4.3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС «3 ГОД ОБУЧЕНИЯ – БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ»

Цель 3 года обучения - развитие танцевально-исполнительских способностей, обучающихся по средствам ознакомления с направлением современного танца Vogue, исполнение танцевальных композиций и танцев в разных направлениях современного танца.

Задачи:

- знакомить с новым направлением современного танца Vogue, историей развития;

- развивать физические качества: гибкость, быстрота и выносливость;
- развивать коммуникативные умения при работе в паре, в танцевальном коллективе;
- обучать базовым элементам современного танца в направлении Vogue;
- обучать комплексу упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» и «Vogue»:
- обучить самостоятельной постановке танцевального номера.
- развивать фантазию и память.

Планируемые результаты третьего года обучения:

- знают новые направления современного танца Vogue, историю развития;
- развиты физические качества: гибкость, быстрота и выносливость;
- развиты коммуникативные умения при работе в паре, в танцевальном коллективе;
- владеют базовыми элементами современного танца в направлении Vogue;
- знают комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» и «Vogue»:
- умеют самостоятельно поставить танцевальный номер;
- развита фантазия и память.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 ГОД ОБУЧЕНИЯ - БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	**2**	**1**	**1**	
2.	Комплекс упражнений партерной гимнастики:	**24**	**4**	**20**	Наблюдение
	2.1. Физическая подготовка.	14	2	12	
	2.2. Релаксация	10	2	8	
3.	Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» и «Vogue»:	**40**	**4**	**36**	Викторина «Что? Где? Когда?»
	3.1. Hip-hop.	20	2	18	
	3.2. Vogue.	20	2	18	
4.	Трюковые элементы современной хореографии.	**26**	**4**	**22**	Викторина «Элементы»
5.	Танцевальная импровизация	**20**	**2**	**18**	Наблюдение
6.	Постановочно-репетиционная работа	**24**	**4**	**20**	Наблюдение
7.	Проектная деятельность.	**6**	**2**	**4**	Наблюдение
8.	Итоговое занятие	**2**	**1**	**1**	Анкетирование
9.	Всего	**144**	**22**	**122**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Тема 1. Вводное занятие.
Теория:

- Организационные вопросы.
- Инструктаж по технике безопасности.
- Режим занятий, расписание.

Практика: беседа по правилам техники безопасности

Тема 2. Комплекс упражнений партерной гимнастика:
Тема 2.1. Физическая подготовка.
Теория: рассказ о появлении современного танца, беседа о форме одежды на занятии
Практика:
Выполнение комплексов упражнений, направленных на разогрев и укрепление разных групп мышц.
Тема 2.2. Релаксация
Теория: освоение упражнений комплекса на релаксацию
Практика: комплекс упражнений, направленный на постепенное расслабление (растяжка, релаксация) полное расслабление - «музыкальная релаксация»
Тема 3. Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» и «Vogue»:
Тема 3.1. Hip-hop.
Теория: Повторение о современных направлениях танцевальной аэробики и Hip-hop.
Практика:

- изучение танцевальных элементов «hip-hop»;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- скольжения, «слайды»;
- изолированные движения отдельными частями тела;
- волнообразные движения;
- комбинации широких шагов, наклонов;
- подпрыгивания;
- соединения базовых элементов Hip-hop и элементов акробатики.

Тема 3.2. Vogue.
Теория: беседа о технике и манере исполнения.
Практика: отработка и выполнение упражнений:

- танцевальные комбинации на развитие общих физических данных;
- изучение танцевальных элементов «Vogue»;
- отработка походки (runway);
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- базовые позиции рук и ног (Oldway);
- отработка техники рук: вращения в локтях, манерные «кричащие» руки, забрасывание рук за спину;
- соединения базовых элементов Vogue и элементов акробатики.

Тема 4. Трюковые элементы современной хореографии:
Теория: знакомство с новыми трюковыми упражнениями, правила из выполнения.
Практика: выполнение упражнений:

- фляк;
- курбет;
- рондат;
- мост с переворотом вперед, назад (на одну ногу).

Тема 5. Танцевальная импровизация:

Теория: Продолжить знакомство с импровизацией. Знакомство с темами: Работа с образами. Танец на границе произвольного и не произвольного.
Практика: отработка упражнений, свободная импровизация под музыку, постановка номера.

Тема 6. Постановочно-репетиционная работа.

Теория: беседа о предстоящих концертах и конкурсах.
Практика: комплексы танцевальной аэробики для показательных выступлений

- Прослушивание музыкального сопровождения.
- Изучение танцевальных движений и комбинаций танца постановки и т.п.
- Отработка сюжетных комбинаций.
- Изучение и отработка танцевальных постановок.
- Отработка движений и комбинаций до правильного исполнения танца.
- Отработка характера исполнения танца.
- Репетиция сольных и коллективных номеров.
- Подготовка танца к показу зрителям.

Тема 7. Проектная деятельность.

Теория: этапы проектной деятельности, выбор темы.
Практика: защита музыкального проекта.

Тема 8. Итоговое занятие

Теория: беседа об итогах года, достижениях обучающихся.
Практика: открытое занятие

1.4.4. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС «4 ГОД ОБУЧЕНИЯ – БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ»

Цель 4 года обучения - совершенствование ранее полученных навыков и применение их в творческой практике.

Задачи:

- продолжить обучать техникам танцевальных движений;
- формировать способность выработки умения держать осанку, отработка правильности и точности движений, заданных педагогом по современному танцу;
- дальнейшее развитие танцевальных и творческих способностей с учетом возможностей каждого ребенка;
- продолжать работать над поставкой танцевальных номеров с использованием различных танцевальных направлений;
- развивать навыки актерского мастерства;
- приобщать детей к выступлениям на конкурсах разного уровня.

Планируемые результаты программы четвертого года обучения:

- владеют техниками танцевальных движений;
- сформирована способность выработки умения держать осанку, умеют правильно и точно выполнять движения, заданных педагогом по современному танцу;
- развиты танцевальные и творческие способности с учетом возможностей каждого ребенка;
- умеют поставить танцевальный номеров с использованием различных танцевальных направлений;
- владеют навыкшими актерского мастерства;
- участвуют в конкурсах разного уровня.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 ГОД ОБУЧЕНИЯ - БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	**2**	**1**	**1**	
2.	Актерское мастерство	**16**	**2**	**14**	«Театральная игра»
3.	Партнерская гимнастика 3.1. Элементы акробатики 3.2. Стретчинг	**30** 15 15	**2** 1 1	**28** 14 14	Тест «Назови картинку»
4.	Эстрадный танец	**26**	**4**	**22**	Танцевальная викторина
5.	Современный танец 5.1. «Hip-hop» 5.2. «Контемпорари» 5.3. Импровизация	**32** 6 13 13	**3** 1 1 1	**29** 5 12 12	Викторина «Танцы XX века»
6.	Постановочно-репетиционная работа	**30**	**2**	**28**	Наблюдение
7.	Проектная деятельность.	**6**	**2**	**4**	Наблюдение
8.	Итоговое занятие	**2**	**1**	**1**	Анкетирование
9.	Всего	**144**	**17**	**127**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Тема 1. Введение в программу. Входная диагностика.
Теория: Цели и задачи на предстоящий учебный год. Расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом классе.
Практика: Беседа по знанию правил безопасности поведения.
Тема 2. Актерское мастерство.
Теория: беседа об освоении ряда частных двигательных навыков – технических приемов выполнения пластических заданий. Влияние навыков актерского мастерства для танца.
Практика: отработка упражнений:

- Занятия – фантазий,
- Ролевые игры (на внимание, на память),
- Развитие творческого воображения,
- Творческие постановки.

Тема 3. Партнерская гимнастика
3.1. Элементы акробатики:
Теория: Термины по акробатике. Особенности работы в паре.
Практика: выполнение упражнений:

- наклоны туловища из различных исходных положений;
- перекаты в группировке;
- стойка на лопатках и на голове;
- кувырки;

- стойка на руках;
- переворот боком, назад, вперед; «рондад»;
- сальтовые элементы;
- серия фляков;
- соединение различных элементов гимнастики в этюд.

3.2. Стретчинг.

Теория: беседа о пользе ОФП.

Практика: выполнение упражнений:

- «шпагат»;
- упражнения в «мостах»;
- Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса;
- Упражнения для развития силы мышц рук;
- Упражнения для укрепления брюшного пресса;
- Упражнения для укрепления мышц спины;
- Упражнения для укрепления связок голеностопного сустава.
- Упражнения для развития координации.
- Релаксационные упражнения. Дыхательные практики.

Тема 4. Эстрадный танец.

Теория: Жизнь и творчество Майкла Джексона. Понятие современного танца.

Практика: выполнение и отработка упражнений:

- Упражнения для позвоночника;
- Торсовая работа корпуса на закрепление мышечных ощущений спины и бока;
- Соединение всех возможных движений торса в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а так же с поворотами на одной ноге.
- Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса;
- Упражнения с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях.
- Постановка танца.

Тема 5. Современный танец.

5.1. «Hip-hop»

Теория: Стили современного танца. Их отличительные особенности. Хаус.

Практика:

- повторение пройденного материала;
- усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения и соединения работы 2х и более центров;
- изучение новых танцевальных элементов;
  выполнение упражнений:
- слайд из стороны в сторону;
- слайд вперед-назад;
- кик-степ-степ;
- кик слайд в сторону.

5.2. «Контемпорари»

Теория: История возникновения танцевального направления.

Практика: выполнение упражнений:

- изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног;
- выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса;
- подъем на носки, разворот стоп «краб»;
- раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону;
- прыжки на месте;
- прыжки вперед – назад;
- прыжки вправо-влево;

- прыжки «крестом»;
- прыжки «ноги вместе — ноги врозь»;
- танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

5.3. Импровизация

Теория: Гибкость и мышление в импровизации.

Практика: выполнение импровизации под музыку:

- «Времена года»;
- «Ручеек»;
- «Ветерок и ветер»;

Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов.

Тема 6. Постановочно-репетиционная работа.

Теория: Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке

Практика:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- создание сценического образа;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Тема 7. Проектная деятельность.

Теория: этапы проектной деятельности, выбор темы.

Практика:

- индивидуальные постановки обучающихся;
- подбор музыкального материала;
- составление схем создания номера,
- создание танцевальных этюдов на основе изученного материала.

Тема 8. Итоговое занятие

Теория: беседа об итогах года, достижениях обучающихся.

Практика: открытое занятие

РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Продолжительность каникул	Комплектование групп	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Режим занятий
1	15.09.23	31.05.24	36	72	144	с 01.01. по 08.01. зимние 01.06. по 19.08. летние	20.08. по 14.09	с 20.05. по 31.05.		2 занятия по 2 часа в неделю
2	15.09.23	31.05.24	36	72	144	с 01.01. по 08.01. зимние 01.06. по 19.08. летние	20.08. по 14.09	с 20.05. по 31.05.		2 занятия по 2 часа в неделю
3	15.09.23	31.05.24	36	72	144	с 01.01. по 08.01. зимние 01.06. по 19.08. летние	20.08. по 14.09	с 20.05. по 31.05.		2 занятия по 2 часа в неделю
4	15.09.23	31.05.24	36	72	144	с 01.01. по 08.01. зимние 01.06. по 19.08. летние	20.08. по 14.09		с 20.05. по 31.05.	2 занятия по 2 часа в неделю

2.2.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Материально-техническое обеспечение

№/№	Оборудование	Единица измерения	Количество на одного обучающегося	Количество на группу	% использования в ходе реализации программы
1	Учебный кабинет с мебелью			1	100%
2	Коврики	шт	1		100%
3	Музыкальный центр	шт		1	100%

2. Информационное обеспечение

- USB накопители с мультимедиа информацией;
- Программы: по обработке звука, звуко – и видеовоспроизводящие.
- Интернет источники: https://power.gybka.com, https://muzofond.fm, http://svoboda-tancevat.ru/2020/09/13/современные-подходы-к-танцевальной-п/ , https://disk.yandex.ru/i/hiPPtipij2OSRg , https://www.bodybalet.ru/fitness/kakoj-on-tanec-sovremennoj-zhizni/ , https://гранитанца.рф/советы/7-упражнений-для-детей-в-современном-т

3. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации: Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы и курсы повышения квалификации по направлению деятельности.

4. Методические материалы

Программа обучения построена на общих педагогических принципах, каждый из которых реализуется в соответствии с задачами и содержанием хореографических дисциплин, и подчиняется их специфике:

- принцип индивидуального подхода. Данный принцип определяется тем, что каждый ребёнок — это индивидуальность. Педагогу необходимо учитывать возраст, пол, физические данные.

- принцип «от простого к сложному». Дети определённого возраста изучают: доступные для них движения на определённый музыкальный размер, характер; акробатические упражнения.

- принцип последовательности. При освоении нового материала необходимо опираться на уже закреплённые упражнения, в противном случае обучение будет сводиться к механическому «натаскиванию» знания, умения, навыки закрепляются:

а) путём повторения одних и тех же акробатических упражнений в одном направлении;

б) путём исполнений комбинации с переменной, в разном темпе, в сочетании с другими элементами;

в) разъяснений правил исполнения.

Методы обучения

Практические методы:

1. методы обучения двигательного действия, т.е.

- обучение в целом (применяется при разучивании простейших упражнений);

- обучение по частям (расчленение сложного технического действия на самостоятельные элементы);

2. Методы строго регламентированного упражнения:
- равномерный (однократная работа с постоянной скоростью);
- переменный (однократная работа с переменной скоростью);
- интервальный (повторение одной и той же работы с указанным интервалом отдыха);
- повторный (повторение одной и той же работы);
3. Методы частично регламентированного упражнения:
- игровой; соревновательный; круговой; стрейтчинг.
Словесный; беседы, лекции,
Наглядный:
- показ упражнений педагогом;
- демонстрация (фото, графические изображения, инструкции).
Основными формами работы являются: тренировки, репетиции.

Педагогические технологии.

Здоровье сберегающие технологии: Использование данных технологий позволяют равномерно во время занятия распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.

Личносто-ориентированные. За основу индивидуализации обучения я взяла – организацию образовательного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обусловливается индивидуальными особенностями обучающихся. Я провожу чёткое разделение обучающихся по уровню физической подготовленности, физического развития и состояния здоровья. Так же принимаю во внимание тип телосложения, темперамент, волевые качества, интересы.

Проектные методы обучения: Работа по данной методике дает возможность развивать индивидуальные творческие способности обучающихся, более осознанно подходить к профессиональному и социальному самоопределению.

2.3.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Программа предусматривает **педагогические оценивания**:

- Первичное педагогическое оценивание в начале учебного года (выявляет начальный уровень физической подготовленности обучающихся);
- Промежуточное педагогическое оценивание в середине учебного года (выявляет уровень освоения программы за полугодие);
- Контрольное педагогическое оценивание в конце учебного года (выявляет уровень освоения программы курса).

Первичное педагогическое оценивание проводится с целью определения уровня знаний, умений и навыков в начале учебного года по итогам тестов.

Основными формами контроля является текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии методом наблюдения, игр, опроса и устного контроля.

Формами итогового контроля являются зачетные занятия и участие в мероприятиях различного уровня, где оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводя анализ творческих достижений обучающихся.

Оценочные материалы к программе:

1. Индивидуальная карточка учета результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе (Приложение №1)
2. Тест «Гимнастика» (Приложение №2)
3. Устный опрос к теме «Танцевальные движения» (Приложение №3)

4. Викторина «Что? Где? Когда?» (Приложение №4)
5. Викторина «Элементы» (Приложение №5)
6. Практическое задание «Придумай сам» (Приложение №6)
7. Тест «Гимнастика». (Приложение №7)
8. Тест-анкета (Приложение №8)
9. Викторина «Элементы» (Приложение №9)
10. Устный опрос к теме «Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop» (Приложение №10)
11. Оценивание проектной деятельности (Приложение №11)
12. Опрос на начало учебного года (Приложение №12)
13. Оценивание практических знаний (Приложение №13)
14. Тест «Что? Где? Когда?» (Приложение №14)
15. Оценивание умений выполнения акробатических элементов (Приложение №15)
16. «Театральная игра» (Приложение №16)
17. Тест «Назови картинку» (Приложение №17)
18. Танцевальная викторина (Приложение №18)
19. Тест «Танцы XXI века» (Приложение №19)
20. Практическое задание «Актерская пантомима» (Приложение №20)
21. Кроссворд «Разнообразие танцев» (Приложение №21)
22. Анкета для обучающихся по окончанию учебного года. (Приложение №22)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 24-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (в редакции 2013 г.).
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об Утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Приказ Министерства труда и социализации защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ).
12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК -641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
13. Приказ Министерства образования и моложёной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
14. Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461 ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».
15. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189 ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом.

Список литературы для педагога:

1. Заболотская М.А. «Хореография». Издательство «Искусство», С.-Петербург,1998г.
2. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». Издательство «Один из лучших», Москва 2004г.
3. Бекина С. и др. “Музыка и движение”, М., Просвещение, 1984 г.
4. Бондаренко Л. “Методика хореографической работы в школе”, Киев, 1998 г.
2. Пуртова, Т.В., учите детей танцевать [Текст]: учеб. - метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз.
3. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб. - метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691-00798-X.
4. Классический танец. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. - М. –Л., 1982.
5. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов ис¬кусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. - Л., 1980.
7. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л: Искусство, 1968. 260с.
8. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: от истоков до середины XVIII века. - М.: Искусство, 3979. - 259 с, 40 ил.
9. Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. Минск, 1971.
10. Лисс С.Б. Образовательная программа театра танца «Ривьера». – Томск, ДДТ «У Белого озера». 2008.
11. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. – М: Искусство, 1976.
12. Нешевский Н.П. Изобразительное искусство и худ. труд. – М.: Просвещение, 1995.
13. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. М.: Просвещение, 1986,395с.

Список литературы для родителей:

1. Захаров Р.В., «Сочинение танца». М. 1989 г.
2. Барышникова Т. “Азбука хореографии”, М., 1999 г.
3. Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб. - метод. пособие /Т.К.Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант, 2016– 180с.; 21 см. – 1000 экз.
4. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб. - метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с.; 21 см. – 2000 экз.

Приложения к программе

Приложение №1.

Индивидуальная карточка учета результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребенка:

Название объединения: Танцевальный коллектив «Dance Mix»

Ф.И.О. педагога:

Дата начала наблюдения

Сроки диагностики / Показатели	Год обучения		
	Входная	Промежуточная	Итоговая
1. Теоретическая подготовка ребенка 1.1. Теоретические знания: а)Правила техники безопасности; в)Какие стили хореографии имеются; с) Название элементов. 1.2. Владение специальной терминологией. 2; Практическая подготовка ребенка 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) Уметь самостоятельно готовиться к занятиям; в) Выполнять комплексы упражнений для различных групп мышц; с) Освоение техники выполнения элементов и хореографических связок. 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением.			
3. Обще-учебные умения и навыки ребенка 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: а) подбирать и анализировать специальную литературу; в) пользоваться компьютерными источниками информации; с) осуществлять проектно-исследовательскую работу			
3.2. Учебно-коммуникативные умения: а) слушать и слышать педагога; в) выступать перед аудиторией; с) вести полемику, участвовать в дискуссии.			
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: а) умение организовать свое рабочее место; в) навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности; с) умение аккуратно выполнять работу.			

4. Предметные достижения обучающегося: 4.1. На уровне детского объединения; 4.2. На уровне центра; 4.3. На уровне района, города; 4.4.На уровне города; 4.5. На уровне области, 4.6. На региональном уровне. 4.7 На международном уровне.			

Приложение №2.

Тест «гимнастика»

1. Что означает слово «гимнастика»?

а – совокупность упражнений, методических приемов, которые используют для укрепления здоровья и развития физических данных (+);
б – популярный вид спорта;
в – набор специальных снарядов для тренировочного процесса;
г – способ поддержания эмоционального здоровья.

2. Страна, в которой зародилась гимнастика:

а – Польша;
б – Германия;
в – Древняя Греция (+);
г – Россия.

3. Что называют стретчингом?

а – специальная система упражнений, направленная на повышение гибкости, растяжение связок и мышц (+);
б – виды упражнений на брусьях;
в – комплекс упражнений на развитие ловкости и силы;
г – ряд акробатических упражнений;

4. Основная задача стретчинга:

а – развитие выносливости;
б – укрепление мышечной ткани;
в – расслабление и растягивание мышц до и после основной тренировки (+);
г – повышение эстетики тела.

5. Определение слова «акробатика»:

а – разновидность гимнастики, специальные упражнения на ловкость, балансировку, силу, гибкость (+);
б – метод развития и укрепления мышечной ткани;
в – раздел гимнастики для детей;
г – направление в цирковом искусстве.

6. Какие виды упражнений относятся к акробатике:

а – цикличные;
б – динамические и статические (+);
в – упражнения на снарядах;
г – силовые.

Приложение №3.

Устный опрос к теме «Танцевальные движения»

1. Что такое реггетон?
Марка револьвера
Современный танец +
Растение семейства пасленовых

2. Как называется модное танцевальное направление в фитнесе, исполняемое под зажигательную латиноамериканскую музыку?
Зумба +
Сальса
Соул

3. Какое направление в танцах в стиле джаз считается одним из самых молодых?
Фристайл
Соул +
Степ

4. Какого современного танцевального направления не существует?
Тектоник
Шаффл
Грэм +

5. Какое направление в современных танцах носит исключительно женский характер?
Бродвей
Беллидэнс +
Фанк

6. В какой стране зародилось танцевальное направление «хип-хоп»?
В Бразилии
В США +
На Кубе

7. Как называется женское танцевальное направление в стиле хип-хоп?
Hip-hop heels +
Hip-hop femme
Hip-hop vogue

Приложение №4.

Викторина «Что? Где? Когда?» 1 г.о.

Ф.И. обучающегося

1. Танец - это? древнее восточное искусство, признанное эффективным фитнесом; ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением; система специально подобранных физических упражнений.	
2. Современный танец появился? a) В начале XX века; b) В конце XIX века; c) В начале XIX века.	
3. Zumba - это?	

a) танцевальная фитнес-программа на основе популярных латиноамериканских ритмов; b) древнее восточное искусство, признанное эффективным фитнесом; c) танец сочетающий в себе элементы джазовой хореографии и технику классического танца.	
4. Стиль zumba появился в? a) В Эстонии; b) В Колумбии; c) В Швеции.	
5. Стиль zumba появился в? a) В 80-х г. XX в.; b) В 90-х г. XX в.; c) В 2000-х г. XXI в.	

Приложение №5.

Викторина «Элементы» 1г.о.

Ф.И. обучающегося

1. Разминка - это? a) система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле»; b) комплекс упражнений, которые выполняются в начале тренировки с целью разогрева организма, разработки мышц, связок и суставов; c) разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку.	
2. Шпагат - это? a) положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов; b) упражнение представляет собой вращательное движение с обязательным последующим касанием опоры; c) упражнение, при котором тело принимает вертикальное положение ногами вверх в упоре.	
3. Мостик - это? a) упражнение представляет собой вращательное движение с обязательным последующим касанием опоры; b) акробатическая фигура, при которой спортсмен, изогнув спину дугой из положения стоя за спину опирается на ладони и одновременно стоит на ступнях; c) прыжок назад с двух ног, прогнувшись в спине, на прямые руки с приземлением и после переворота на обе ноги.	
4. Партерная гимнастика - это? a) разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку;	

b) система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле»; c) комплекс упражнений, которые выполняются в начале тренировки с целью разогрева организма, разработки мышц, связок и суставов.	
5. Акробатика - это? a) разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку; b) система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле»; c) комплекс упражнений, которые выполняются в начале тренировки с целью разогрева организма, разработки мышц, связок и суставов.	
6. Складка - это? a) сед на ягодицах, ноги вместе впереди, а живот полностью лежит на ногах, руки обхватили пятки, коленки натянуты как «струночки»; b) положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов; c) акробатическая фигура, при которой спортсмен изогнув спину дугой из положения стоя за спину опирается на ладони и одновременно стоит на ступнях.	

Приложение №6.

Оценивание практических умений

№ п/п	Ф.И. обучающихся	Танцевальная память	Технически правильное исполнение движений	Умение импровизировать	Эмоциональность, воображение	Общее кол-во баллов	Примечания
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							

14.							
15.							

5 баллов - по всем параметрам получают дети, обладающие высоким уровнем способностей, с легкостью исполняющие задания педагога.
4 балла - получают дети, хорошо справляющиеся с заданиями, обладающие средним уровнем способностей.
3 балла - если ребёнок испытывает трудности, показывает низкий уровень способностей.
2 балла - ребёнок не понимает педагога, не может выполнить задания, плохая память, координация и чувство ритма отсутствуют.

Общее количество баллов по предмету
-19 - 20 - баллов - высокий уровень подготовки;
-17 - 18 - балла – выше среднего;
-14 -16 - средний
-11 - 13 - ниже среднего
- 8 - 10 - низкий уровень подготовки.

Приложение №7

Тест «Гимнастика».

1. Какое физическое качество развивает гимнастика (2 варианта):

а) силу;
б) выносливость;
в) скорость;
г) выносливость;
д) гибкость;
е) скорость.

2. Кто осуществляет страховку на уроках гимнастики:
а) учащиеся;
б) родители;
в) учитель.

3. Что такое акробатическая комбинация:
а) последовательное выполнение акробатических упражнений;
б) сочетание изученных акробатических элементов в любой очередности;
в) сочетание изученных акробатических элементов в определенной очередности.

4. Какое тестовое упражнение помогает определить уровень гибкости человека:
а) наклон вперед из положения стоя;
б) наклон вперед из положения сидя;
в) сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

5. Какое тестовое упражнение помогает определить уровень силы человека:
а) сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
б) сгибание и разгибание рук стоя;
в) прыжки через скакалку за 1 минуту.

6. В СССР массовые гимнастические выступления стали проводиться с:
а) 40-х годов;
б) 30-х годов;
в) первых лет советской власти.

7. Несмотря на ожесточенные сражения на фронтах в Москве были проведены Всесоюзные соревнования по спортивной гимнастике в:
а) 1944;
б) 1942;
в) 1943.

8. Ведущим отечественным ученым, который внес большой вклад в развитие гимнастики, является:
а) Герасимов;
б) Лесгафт;
в) Горский.

9. К упражнению в равновесии на месте относятся:
а) все разновидности ходьбы;
б) все виды стоек;
в) все разновидности бега.

10. Гимнастическая терминология:
а) система терминов для краткого и точного обозначения используемых в гимнастике понятий, предметов и упражнений, а также правила образования и применения терминов, установленных сокращений и формы записи упражнений;
б) система терминов для использования правил образования и применения терминов, установленных сокращений и формы записи упражнений;
в) форма рассказа для краткого и точного обозначения используемых в гимнастике понятий, предметов и упражнений.

11. Какие требования предъявляются к гимнастическим терминам:
а) признательность, отрицательность;
б) краткость, точность, доступность;
в) формированность, развитие, совершенствование.

Приложение №8

ТЕСТ – АНКЕТА
ОПРЕДЕЛЕНИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ
СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ

Утверждения.

1. Лучше многих других сверстников физически развит и координирован в движениях, двигается легко, пластично, грациозно.
2. Обладает хорошей двигательной памятью, легко и быстро схватывает новый материал
3. Очень быстро и легко отзывается на ритм и мелодию, внимательно вслушивается в них, легко соотносит ритм, темп, характер музыки и движения.
4. Часто, когда не хватает слов, выражает свои чувства движениями, жестами, мимикой. Легко и выразительно передает хореографический образ.
5. Постоянно находится в состоянии танцевального творчества, свободно импровизирует на любую тему. Чувствует и сохраняет стилистическое единство танца.
6. Кажется, что никогда всерьез не устает во время занятий танцами.
7. Серьезно относится к хореографическим постановкам, становится вдумчивым и очень сосредоточенным, когда его внимание привлекает какой-либо танец.
8. Самостоятельно организовывает танцевально-игровые ситуации, стремиться воплотить в хореографических образах и пластике собственный творческий замысел.

ПРОТОКОЛ

ОПРЕДЕЛЕНИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ

Дата _____ Группа_____

№	Ф. И. О. обучающегося	Баллы за утверждения								Сумма баллов	Примечания
		1	2	3	4	5	6	7	8		

Приложение №9

Викторина «Элементы»

Ф.И. обучающегося

1. Курбет – это? a) прыжок назад с рук на ноги; b) свободное переворачивание тела в воздухе; c) небольшое подпрыгивание на маховой ноге, другая согнута вперёд, руки вверх.	
2. Темповой подскок (вальсет) – это? a) прыжок назад с рук на ноги; b) свободное переворачивание тела в воздухе; c) небольшое подпрыгивание на маховой ноге, другая согнута вперёд, руки вверх.	
3. Стойка – это? a) положение занимающегося, в котором его плечи выше точек опоры; b) вертикальное положение тела ногами вверх; c) устойчивое положение занимающегося на одной ноге.	
4. Переворот - это? a) движение тела вокруг вертикальной оси; b) вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову; c) вращательное движение тела с полным переворачиванием (с опорой руками, головой или тем и другим) с одной или двумя фазами полёта.	
5. Фляк - это? a) упражнение представляет собой вращательное движение с обязательным последующим касанием опоры; b) акробатическая фигура, при которой спортсмен, изогнув спину дугой из положения стоя за спину опирается на ладони и одновременно стоит на ступнях; c) прыжок назад с двух ног, прогнувшись в спине, на прямые руки с приземлением и после переворота на обе ноги.	
6. Рондат - это? a) прыжок назад с двух ног, прогнувшись в спине, на прямые руки с приземлением и после переворота на обе ноги; b) упражнение представляет собой вращательное движение с обязательным последующим касанием опоры; c) вид акробатического переворота с поворотом на 180° вокруг продольной оси.	

Приложение №10

Устный опрос к теме «Комплекс упражнений с использованием элементов современной хореографии: «hip-hop».

1. **Уличный танец, из-за которого появился хип-хоп?**

- LA-style
- Waving
- Breakdance

2. **В основе хип-хоп танца лежит?**

- стили
- Кач
- Направления

3. **В бывшем СССР долгое время было принято разделять брейк-данс на...?**

- нижний и верхний
- верхний и задний
- правый и левый

4. **Когда были созданы самые старшие танцевальные стили?**

- 2000-х годах
- 1990-х годах
- 1970-х годах

5. **В какой стране зародилось танцевальное направление «хип-хоп»?**

- Россия
- Канада
- США

Приложение №11

№ подгруппы	Этапы проектной деятельности				Итого
	Подбор музыкального сопровождения	Подбор костюма	Подбор и отработка выбранных танцевальных движений	Показ подготовленного танца	
1					
2					

Приложение №12

Опрос на вводном занятии.

1. Почему вы ходите на занятия в Танцевальный коллектив «Dance mix»?
2. Что вам нравится в занятиях больше всего?
3. Что вы хотели бы изменить/улучшить/убрать?
4. Полезны ли танцы для здоровья?
5. Влияют ли занятия танцами на успеваемость в школе?

Приложение №13

Оценивание практических знаний

№ п/п	Ф.И. обучающихся	Шпагат правый	Шпагат левый	Шпагат поперечный	«Лягушка»	«Корзиночка»	Мост (из положения лежа)	Общее кол-во баллов
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								

5 баллов - по всем параметрам получают дети, обладающие высоким уровнем способностей, с легкостью исполняющие задания педагога.
4 балла - получают дети, хорошо справляющиеся с заданиями, обладающие средним уровнем способностей.
3 балла - если ребёнок испытывает трудности, показывает низкий уровень способностей.
2 балла - ребёнок не понимает педагога, не может выполнить задания, плохая память, координация и чувство ритма отсутствуют.

Общее количество баллов по предмету
-28-30 - баллов - высокий уровень подготовки;
-24-27 - балла – выше среднего;
-20-23 - средний
-16-19 - ниже среднего
- 12-15 - низкий уровень подготовки.

.

Приложение №14

Тест «Что? Где? Когда?»

1. Что такое реггетон?
Марка револьвера
Современный танец +
Растение семейства пасленовых

2. Как называется модное танцевальное направление в фитнесе, исполняемое под **зажигательную латиноамериканскую музыку?**
Зумба +
Сальса
Соул

3. Какое направление в танцах в стиле джаз считается одним из самых молодых?
Фристайл
Соул +
Степ

4. Какого современного танцевального направления не существует?
Тектоник
Шаффл
Грэм +

5. Какое направление в современных танцах носит исключительно женский характер?
Бродвей
Беллидэнс +
Фанк

6. В какой стране зародилось танцевальное направление «хип-хоп»?
В Бразилии
В США +
На Кубе

7. Как называется женское танцевальное направление в стиле хип-хоп?
Hip-hop heels +
Hip-hop femme
Hip-hop vogue

8. В какой стране зародилось танцевальное направление «vogue»?
В Бразилии
В США +
На Кубе

9. Сколько лет назад зародилось танцевальное направление «vogue»?
40 лет +
50 лет
60 лет

Приложение №15

Оценивание умений выполнения акробатических элементов

№	Ф. И. О.	Переворот	Рондат	Фляк	Итого
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

Баллы
3 - ребёнок испытывает трудности, показывает низкий уровень способностей.
4 - ребенок хорошо справляется с заданиями, обладает средним уровнем способностей.
5 - ребенок обладает высоким уровнем способностей, с легкостью исполняет задания педагога.

Общее количество баллов по предмету
-14 - 15 - высокий уровень подготовки
-11 - 13 - средний уровень
- 9 - 10 - ниже среднего уровня

Приложение №16

«Театральная игра»

1. Игра «Передай позу»: - дети сидят или стоят в полукруге с закрытыми глазами. Водящий ребенок придумывает и фиксирует позу, показывая ее первому ребенку. Тот запоминает и показывает следующему. В итоге сравнивается поза последнего ребенка с позой водящего.

2. Игра «Фотография»: дети делятся на пары, первый придумывает и фиксирует позу, второй повторяют заданную позу.

   0 баллов - обучающийся не может замереть на месте, запомнить и изобразить заданную позу.
   1 балл - обучающийся не может придумать и зафиксировать позу, не точно копирует и повторяет заданную позу или движение.
   2 балла - обучающийся копирует и воспроизводит заданную позу, но не может воспроизвести ее через определенный промежуток времени.
   3 балла - обучающийся придумывает и фиксирует позу, четко копирует и воспроизводит заданную позу. Может повторить ее через определенный промежуток времени.

3. Упражнение «Дружные животные». Дети делятся на три группы, педагог дает задание – первая группа «медведи», вторая «белки», третья «лисы», по команде учащиеся должны изобразить с помощью пластических движений животных.

   0 баллов - обучающийся не знает животных и птиц, не представляет как их можно изобразить.
   1 балл - обучающийся представляет повадки и поведение некоторых живых существ, но не может воспроизвести их с помощью пластических движений.
   2 балла - обучающийся скованно и зажато показывает некоторые элементы поведения животных и птиц.
   3 балла - обучающийся изображает различных животных и птиц с помощью пластических движений.

Приложение №17

Тест «Назови картинку»

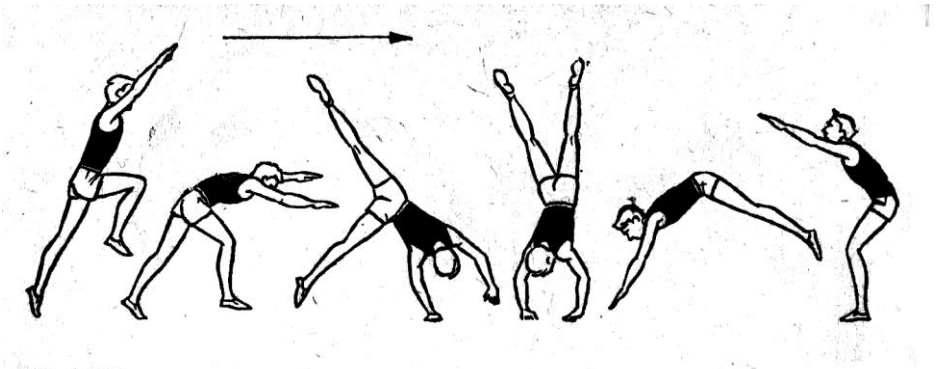
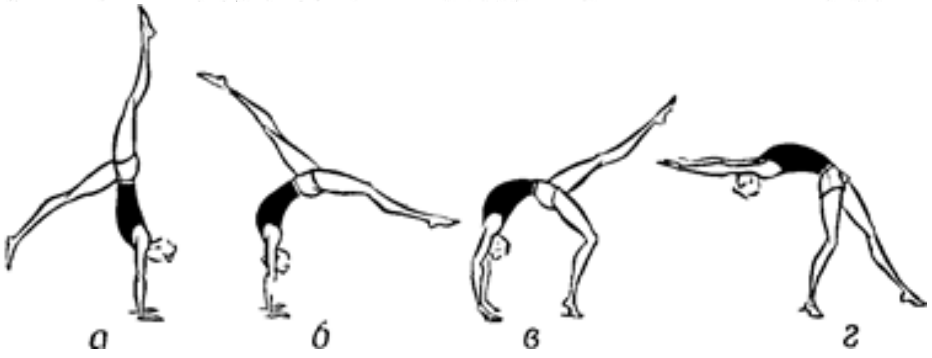


Рис. 150



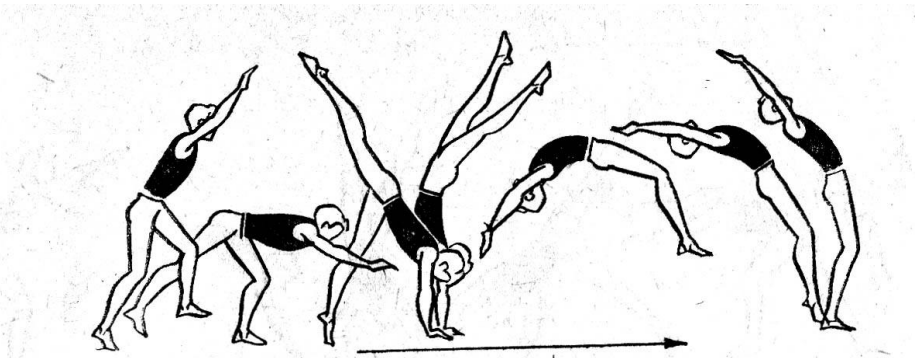


Рис. 148



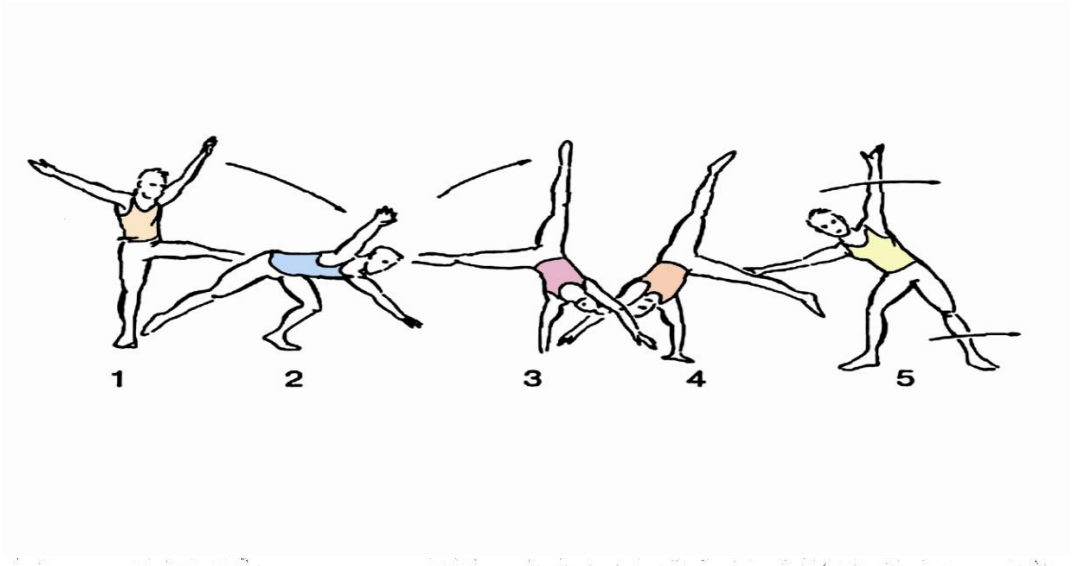




Рис. 152



Рис. 153



Рис. 154

Приложение №18

Танцевальная викторина

1. Как называется танец, буквальный перевод которого – Ура - прыжок? – *(Хип-хоп)*
2. Какой танец «взял на вооружение» приемы из бразильского боевого искусства капоэйра? (*Брейк-данс)*
3. Как переводится «брейк-данс»? *(Танец –ломка, или танец- пауза, т.к. его танцевали во время перерыва)*
4. Что такое Locking ? *(В переводе с английского «блокировка, запирание», «зависание». Locking- жизнерадостный танец)*
5. Танец души, как бы случайный набор движений , рассказ танцора о своем состоянии с помощью движений. С английского языка «contemporary dance» дословно переводится так - современный танец. Русскоязычное население сократило это название к простому слову. Какому? (*Контемп)*
6. Каким танцем можно натереть до блеска пол? *(Твист) Кстати, твист придумал лично Чебби Чекер в 1961 г. , новый танец был показан по телевидению*
7. Название какого модного американского танца 1950-х гг. в буквальном переводе означает «качайся и крутись»? (*Рок-н-ролл. Англ. rock'n'roll или rock and roll. Этот танец является одним из основных истоков современной рок-музыки.)*

8. C-walk («рисование»)– одно из направлений уличного танца, настолько удачное, что вылилось в целое оформленное танцевальное движение. В какой одежде , как правило, танцуют c-walk *? (Это одежда большего размера, чем необходимо, видимо, чтобы подчеркнуть «парение» танцора. Очень широкие штаны с низкой посадкой, майка очень большого размера, крупные кроссовки на толстой подошве и на голове – кепка с прямым козырьком, слегка сдвинутым на бок)*
9. В фигурном катании **это** невероятно сложный элемент, переводится с немецкого как «смертельная спираль». Кто руководитель и как название этого коллектива.

(Алла Духова и балет Todes)

10. Особенность этого стиля уличного танца – возможность вступления танцора в физический контакт с партнерами. Он настолько резкий, что когда происходит баттл (соревнование), его можно перепутать с дракой. Сокращенное название, расшифровывается как: Kingdom Radically Uplifted Mighty Praise (Империя Абсолютной Силы Духовной Похвалы). Назовите стиль. *(Krump – крамп)*

Приложение №19

Тест «Танцы XXI века»

1. **Современный танец это?**
   а) танец современный, модный и актуальный для своего времени;
   б) танец эстрадный, модный и актуальный для своего времени;
   в) танец современный, модный, но не актуальный для своего времени.

2. **Современный танец уходит своими корнями в…**
   а) эстрадный танец;
   б) русский танец;
   в) классический балет.

3. **В современный танец входят такие направления как:**
   а) гопак, казачок, танок;
   б) джаз модерн, брейк-данс, хип-хоп;
   в) яблочко, барыня, хоровод.

4. **Известный французский педагог и теоретик сценического движения, изучавший связь голоса, жеста и эмоции.**
   а) Франсуа Дельсарт;
   б) Айседора Дункан;
   в) Марта Грэхем.

5. **В каком веке начинается предыстория современного танца?**
   а) в конце 20 века;
   б) в начале 20 века;
   в) в середине 20 века.

6. **Тремя музами раннего современного танца в Америке были?**
   а) Марта Грэхем, Дорис Хамфри, Чарлз Вейдман;
   б) Айседора Дункан, Рут Сен-Дени и Лой Фуллер;
   в) Анастасия Волочкова, Майя Плисецкая, Галина Уланова.

7. **Основной принцип современного танцевального искусства?**

а) импровизация и свободная хореография;
б) пластика и гимнастика;
в) техника и пластика.

8. **Какие стили танцев получили распространение в конце 20 века?**
а) хоровод, пляска;
б) хастл, тектоник;
в) перепляс, крамп.

9. **Кого считают основательницей танца модерн?**
а) Айседора Дункан;
б) Марта Грэхем;
в) Игорь Моисеев.

10. **Первым педагогом и хореографом, объединившим в своем творчестве технику танца модерн и джазового танца, был?**
а) Гас Джордано;
б) Хосе Лимон;
в) Юджин Луис.

11. **В каком году был выпущен первый учебник, посвященный техники джаз-модерна?**
а) 1866 году;
б) 1987 году;
в) 1966 году.

12. **Прародитель хип-хопа?**
а) брейк-данс;
б) локинг;
в) модерн.

Приложение №20

Актерская пантомимика
Следующее практическое задание направлено на развитие невербального общения, закрепление навыков командного взаимодействия.
В большинстве актерских тренингов для раскрепощения и развития мимики, жестов применяют именно эту игру. Обычно она проходит в яркой эмоциональной атмосфере. Подростки охотно проецируют забавные ситуации, быстро увлекаются, проникаются командным духом, здоровым соревновательным азартом. Чем активнее обстановка, тем лучше получается результат.

Пантомимная часть тренинга актерского мастерства проходит в игровой форме. Присутствующие делятся на команды одинаковой численности. Эти две группы будут конкурировать между собой. Задача каждой — переманить к себе как можно больше игроков команды-конкурента. В результате выигрывает та группа, где людей окажется больше.

Пантомимика стартует с жеребьевки. Команда, которая делает ход первой, приглашает к себе любого участника из соседнего коллектива и ставит ему задачу: изобразить без слов какой-либо предмет, животного, человека. Использовать можно мимику, жесты, любые движения, но издавать звуки запрещено. Когда актер подготовится, его отправляют показывать пантомиму своей команде. Если команда правильно разгадывает номер пантомимики, то ход переходит к ней, и теперь уже она приглашает к себе игрока из противоположной команды. При

неправильном ответе актеру пантомимы дают еще две попытки, если и они будут неудачными, то он автоматически станет членом другой команды.

Задания для пантомимики могут быть разными. Например, показать курицу, кошку, учителя, паровоз – на что хватит фантазии. Чтобы повысить интерес и эмоциональный накал, задачу можно усложнить. К примеру, изобразить романтичную курицу, злую кошку, строгого учителя или радостный паровоз. Конечно, дословно отгадать загаданное получается крайне редко. Поэтому следует заранее договориться с участниками о том, что они будут засчитывать и близкие по смыслу определения. Например, не строгий, а сердитый учитель, не радостный паровоз, а веселый поезд.

Вопросы по окончании упражнения для обеих команд:

- Чью пантомиму было отгадывать проще всего? Почему?
- Что помогало вам изображать одушевленные, неодушевленные предметы?
- Болели ли вы за свою команду?
- Сообща ли вы принимали решения, делали выбор?
- Помогают ли вам мимика и жесты в общении?
- Приведите примеры.
- Какую роль невербальное общение играет в жизни, театре, кино?

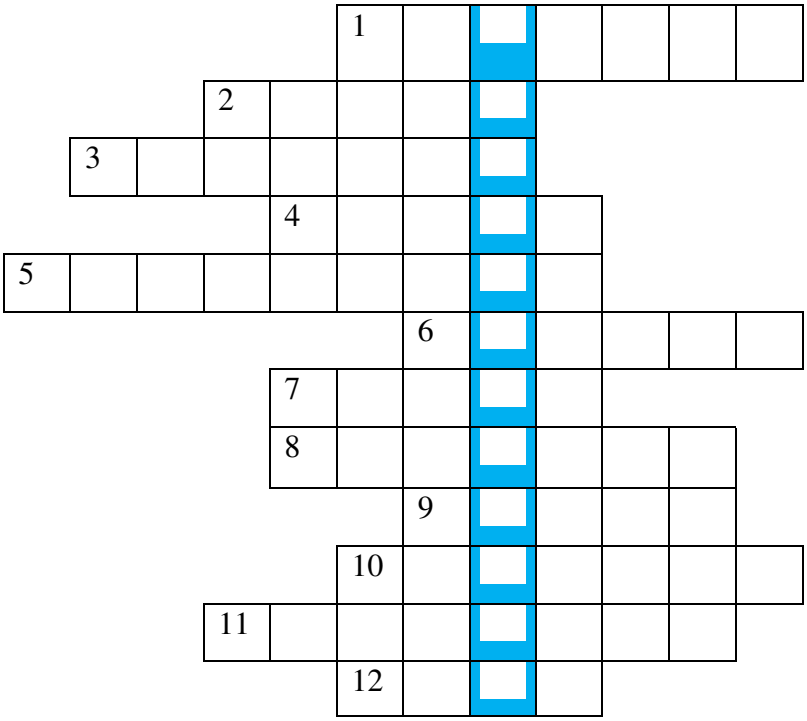
Итоги. Данное задание заставляет концентрировать зрительное внимание на объекте, человеке и понимать его без слов. В театре и кино это называется актерским мастерством — искусством передачи характера, настроения, чувств героя. А в реальной жизни помогает более ярко выражать свои мысли или, напротив, сдерживать эмоции и обходиться без слов.
Еще один навык, который дает тренинг актерского мастерства – это навык командной работы. Выполняя упражнение, все болели друг за друга, переживали, стремились работать на общий результат. Это игровая проекция общества, где каждый должен научиться чувствовать себя комфортно и приносить пользу. Упражнение положительно влияет на социальную адаптацию подростков.

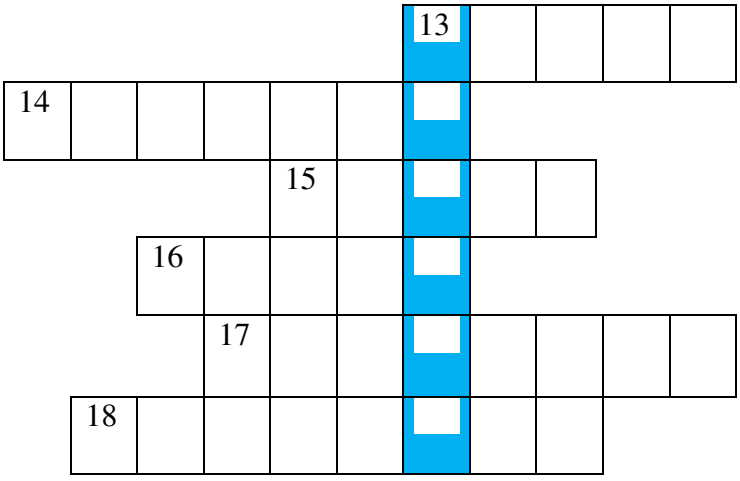
Приложение №21

Кроссворд «Разнообразие танцев»

1. Древний народный круговой массовый обрядовый танец восточных славян, иногда сопровождаемый песнями
2. Латиноамериканский бальный танец, зародившийся на Кубе
3. Торжественный танец-шествие в умеренном темпе, зародившийся в Польше
4. Группа танцев под музыку джаза, развившихся в поздние 1920-1940 годы
5. Танец, названный в честь города в Южной Каролине (США)
6. Чешский быстрый бальный танец
7. Латиноамериканский бальный танец, главный танец карнавала в Рио-де-Жанейро
8. Народный и бальный парный танец французского происхождения, в переводе означающий «группа из четырёх человек»
9. Общее название бальных, социальных и народных медленных танцев.
10. Южнорусский, украинский и белорусский народный танец-пляска с ускоряющимся темпом
11. Традиционный народный танец горских народов Кавказа
12. Эстрадная чечётка
13. Аргентинский народный танец, отличающийся энергичным и четким ритмом
14. Польский народный танец

15. Древний южнорусский и украинский народный массовый обрядовый танец, с песней и элементами игры
16. Вид искусства в форме ритмичных, выразительных телодвижений, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением.
17. Русский, украинский и белорусский народный молодёжный игровой танец зимних гуляний с быстрой сменой фигур и многообразными кружениями
18. Польский быстрый бальный танец





Приложение №22.

Анкета для обучающихся по окончанию учебного года.

1. Как давно ты посещаешь это объединение?

_____

2. Почему ты выбрал(а) это объединение?

_____

3. Часто ли ты без причины пропускаешь занятия?

_____

4. Что больше всего тебе нравится в работе объединения?

_____

5. Испытываешь ли ты трудности при выполнении заданий преподавателя?

_____

6. Как ты считаешь, приносят ли тебе пользу занятия? Если да, то какую?

_____

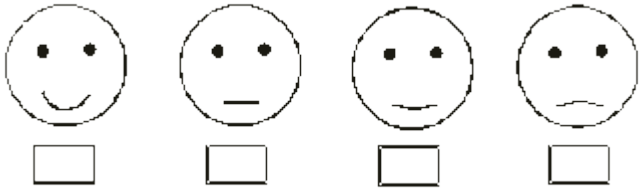
7. Сколько раз в неделю ты хотел(а) бы заниматься в объединении?

_____

8. Твои планы на будущее. Хотел(а) бы ты посещать занятия этого объединения в следующем году?

_____

9. Выбери (отметь знаком «+») ту рожицу, которая соответствует твоему настроению во время занятий в объединении.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968120

Владелец Хисамова Татьяна Геннадьевна

Действителен С 08.10.2025 по 08.10.2026