Департамент образования администрации Города Томска
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Дом Детского творчества «У Белого озера» города Томска

Утверждена
педагогическим советом
структурного подразделения «Фрегат»
Протокол № 1 от 21.08.2024

Рекомендована к реализации
НМС МАОУ ДО
ДДТ «У Белого озера»
Протокол № 7 от 26.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ДО ДДТ
«У Белого озера» г. Томска

Пр. №190 от 28.08.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D225F89712E24D4DEE27872B9CECC321
Владелец: Пазинич Татьяна Николаевна
Действителен: с 13.05.2024 до 06.08.2025

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Импульс»

Направленность: художественная
Срок реализации программы 3 года
Программа рассчитана на детей 7 - 17 лет

Авторы программы:
Манакова Оксана Олеговна,
педагог дополнительного образования,

Томск – 2024

Информационная карта дополнительной общеразвивающей образовательной программы

I. Наименование программы	© Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Импульс»	
I. Направленность	Художественная	
I. Сведения об авторах (составителях)		
1. ФИО	Манакова Оксана Олеговна	
2. Место работы	МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера»	
3. Должность	педагог дополнительного образования	
4. Квалификационная категория	1 квалификационная категория	
5. Авторский вклад в разработку программы (в % / долях или с указанием конкретных разделов программы		
V. Сведения о педагогах и иных специалистах, реализующих программу		
1.ФИО	Манакова Оксана Олеговна	
2.Образование	высшее	
3.Место работы	МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера»	
4.Должность	педагог дополнительного образования	
5.Квалификационная категория	1 квалификационная категория	
6. Срок (стаж) реализации данной программы	7 лет	
V. Сведения о программе		
1.Нормативная база	• Послание Президента РФ Федеральному собранию-2024; • Указ Президента РФ № 309 от 7 мая 2024 г. «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;	

	• Постановление администрации Города Томска от 29.03.2024 № 248 «О внесении изменений в постановление администрации Города Томска от 26.09.2023 № 813 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования» на 2024-2030 годы»; • Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ); • Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»; • Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16); • Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3); • Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; • «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования»; • Концепция развития ДОД до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р; • Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы); • Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28 сентября 2020 года N 28; • Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; • Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «О направлении <u>программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях</u>» N ИР-352/09 от 30.05.2013 г.; • «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (Утверждена

	Распоряжением Правительства Российской Федерации N 996-р от 29.05. 2015 г.); • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.); • Устав МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» (утв. Педагогическим советом 27.05.2022, Пр. № 3); • Целевая комплексная Программа развития МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска на 2025 - 2029 гг (Пр. № 191 от 28.08.2024); • Программа воспитания МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска на 2023-2024 уч. г. (Пр. № 190 от 28.08.2024); • Положение о дополнительной общеразвивающей разноуровневой программе МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска (Пр. № 3 от 27.05.2022); • Положение об аттестации учащихся детских объединений МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска (Пр. № 161 от 23.09.2021); • Положение о внутренней системе оценки качества образования (ВСОКО) МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр. № 138 от 01.09.2021); • Положение о правилах приема, порядке и основаниях перевода, отчисления и восстановления обучающихся МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр. № 2 от 08.04.2021); • Положение об организации образовательного процесса с применением электронного обучения и с использованием дистанционных технологий (Пр. № 138 от 01.09.2021); • Положение о реализации национальных проектов в МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр.№ 169 от 20.06.2022 г.); • Дорожная карта (план мероприятий) ДДТ по достижению показателей муниципального проекта «Успех каждого ребёнка» (Пр. № 190 от 28.08.2024).
2. Объем и срок освоения программы	3 года (27 месяцев), 684 часа
3. Форма обучения	Очная
4. Возраст обучающихся	7-17 лет
5. Особые категории обучающихся	Нет
6. Тип программы	-
7.Статус программы	Модифицированная
8. Характеристика программы	-

по месту в образовательной модели	Программа разновозрастного детского объединения
по форме организации образовательного процесса	-
9. Цель программы	Развитие хорошей физической формы и творческих способностей учащихся через обучение эстрадному и современному танцу.
10. Учебные курсы/ дисциплины/разделы (в соответствии с учебным планом)	Общая физическая подготовка (ОФП) Эстрадный и современный танец Концертно-постановочная деятельность
11. Ведущие формы и методы образовательной деятельности	**Формы:** Беседа, игра, учебно-тренировочное занятие, мастер-класс, открытое занятие, концерт, конкурс, фестиваль. **Методы:** словесный: объяснение, беседа; игровой: сюжетно-ролевые игры; организационно-деятельностные игры; наглядный: показ, демонстрация; практический: упражнения
12. Формы мониторинга результативности	**Входная диагностика:** собеседование, тестирование по ОФП, тест на выявление начальных хореографических навыков учащихся; **Промежуточная диагностика:** тестирование по ОФП, тест на развитие начальных хореографических навыков учащихся; зачетное выступление в конце первого полугодия; **Аттестация по итогам учебного года:** тестирование по ОФП, тест на развитие начальных хореографических навыков учащихся; отчетный концерт.
13. Результативность реализации программы	Кол-во выпусков 2 **Сохранность контингента** 2021-2022 уч.г.: 100 % 2022-2023 уч.г.: 100% 2023-2024 уч.г.: 100% Положительная динамика формирования ЗУН, развития личностных качеств учащихся. **Достижения учащихся:** **2021-2022 уч.г.** **2022-2023 уч.г** Международный фестиваль-конкурс «Энергия Звезд» г. Томск, 2022г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени, диплом лауреат 3 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс «Infinity Stars» » г. Томск, 2022г,

	диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс «Good Day Fest» » г. Томск, 2023г, диплом лауреат 2 степени. Международный фестиваль-конкурс «Open Fest» г. Томск, 2023г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс «Белые Крылья» г. Томск, 2023г, диплом лауреата 2 степени, диплом лауреата 3 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс Dance Energy г. Томск, 2023г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. **2023-2024 уч.г** Международный фестиваль-конкурс «Star Friends» г. Томск, 2023г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс «Открытые мечты» г. Томск, 2024г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени, диплом лауреат 3 степени. Международный фестиваль-конкурс «Сибирские самоцветы» г. Томск, 2024г, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 1 степени, диплом лауреат 2 степени. Выступление «Надежды нашего дома» (ДДТ «У Белого озера»)
14. Цифровые следы реализации программы	1. Сообщество в социальной сети VK https://vk.com/club158093480
15. Дата утверждения и последней корректировки	Год разработки: 2012 Последняя корректировка: Пр.№ 190 от 28.08.2024
16. Рецензенты	

Авторский коллектив выражает благодарность всем педагогам, принимавшим участие в разработке образовательной программы «Импульс», работавшим в разное время в структурном подразделении «Фрегат» Дома детского творчества «У Белого озера»: Волковой Е.С., Петровой М.А., Ортман У.А.

Содержание

I.	**Комплекс основных характеристик программы**	**6**
	1.1. Пояснительная записка	**6**
	1.2 Цель и задачи программы	**9**
	1.3 Содержание программы	**10**
	1.4 Планируемые результаты	**15**
II.	**Комплекс организационно-педагогических условий**	**18**
	2.1 Календарный учебный график	**18**
	2.2. Условия реализации программы	**19**
	2.3 Формы аттестации	**19**
	2.4 Оценочные материалы	**20**
	2.5 Методические материалы	**20**
Список литературы		**21**
Приложения		**26**

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Программа «Импульс» является модифицированной на основе примерной дополнительной образовательной программы «Хореография. Школьный хореографический коллектив» Борисановой Н.В., а также программы «Школы – студии «Серпантин» Максимовой Р.З, Подрезовой Д.А. Модификация программы сделана с учётом нормативных документов.

Программа имеет художественную направленность. По месту в образовательной модели это программа разновозрастного детского коллектива. По уровню освоения – общеразвивающая. По форме организации образовательного процесса – предметная.

Особенности целевой группы, которой адресована программа.

Основу целевой группы составляют дети от 7 до 17 лет. Детей в возрасте 7-11 лет приводят родители с запросом: развить у ребенка пластичность, чувство ритма, улучшить физическое состояние, гибкость. Дети в возрасте 12-15 лет приходят на танцы, чтобы повысить самооценку, научиться красиво двигаться на школьных вечеринках, записывать и выкладывать танцевальные ролики в модные сейчас социальные сети: ВК, Лайк, и другие. В моде спорт, красивая, подтянутая и рельефная фигура. Старшие дети стремятся к такому внешнему виду, а занятия танцами не только позволяют приобрести желаемые формы, но и развить множество других способностей (пластичность, ритмичность, умение держать себя в обществе). Поэтому основной задачей программы является не столько профессиональный рост, сколько развитие общей физической подготовки и творческих способностей учащихся.

Набор в группы ведется без специализированного отбора, за исключением состояния здоровья, поэтому заниматься хореографией в наших объединениях может почти любой желающий.

Актуальность программы

Эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Сейчас время массовой гиподинамии, когда ребенок становится заложником быстро развивающих технических систем – это приводит к недостатку двигательной активности ребенка. Поэтому в настоящее время крайне важно заниматься физическим здоровьем ребенка.

Программа «Импульс» не только способствует развитию физических данных ребенка, но и позволяет быстро погрузиться в мир танца, представляет самые разные стили танца: эстрадный танец, модерн, контемпорари, уличные виды танца. Особенно интересно для детей направление – уличные танцы, обучение которым в нашем микрорайоне практически не ведется. В коллективе проводится большая работа над созданием сплочённой команды. Коллектив – вторая семья, вот к чему стремятся педагоги, представляющие данную программу. Дети стремятся присоединиться к дружной и открытой команде и стать частью большой «семьи».

Практическая значимость Главным в работе является приобщение ребёнка к миру танца, общее знакомство с различными направлениями, поддержание хорошей физической формы. Танцевальная музыка прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром, решая при этом задачу художественно-эстетического и культурного развития.

Ребёнку прививаются необходимые двигательные навыки, умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог. При этом происходит общее укрепление организма и физическое развитие ребёнка. Таким образом, происходит развитие двигательных качеств (силы, выносливости, быстроты,

гибкости, танцевальных навыков), формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности. Дети осваивают не только азбуку движения, чувство ритма и танцевальные стили, но и учатся дисциплине, работе в коллективе, импровизации, воображению и эстетическому вкусу. Выпускники программы «Импульс» занимаются хореографией и по сей день. Поддерживают хорошую физическую форму, участвуют в танцевальных конкурсах и конкурсах красоты. А некоторые из них выбрали хореографию своей профессией.

Место программы в культурном и социальном пространстве.

В Томске танцевальное искусство представлено очень широко и разнообразно. Здесь немало сильных танцевальных коллективов, таких как студия современной пластики «Пластилин», шоу-балет «Вавилон», хореографическая школа-студия «Фуэте», театр моды и танца «Серпантин» и многие другие. А поскольку город насыщен студенчеством, молодежь не перестает брать в свой репертуар популярные хореографические направления, танцевальные стили, такие как: dance-halle, house, voge и многое другое. Однако, несмотря на обилие хореографических коллективов, существуют целевые группы с конкретными запросами, которые остаются неохваченными. Например, жители, так называемых «спальных» районов, для которых выезд в другой район для занятий является проблематичным по времени. Программа «Импульс» разработана с учетом условий детского многопрофильного клуба «Фрегат», который находится в таком районе. В клубе работают объединения, целевой аудиторией которых являются преимущественно мальчики: картинг, конструктор, самооборона, каратэ. С целью охвата девичьей аудитории нашего района было создано хореографическое объединение. Несмотря на конкуренцию, наши объединения имеют ряд преимуществ, такие как: близость к дому, возможность посещать занятия с друзьями и одноклассниками, ориентация репертуара на современный танцевальный репертуар, выступления на праздниках перед родителями, друзьями, учителями и т.д.

Как показало исследование образовательного заказа родителей (проводилось в мае 2016 года), многие дети приходят в наши танцевальные объединения, чтобы получить внимание педагога, найти и проявить свою индивидуальность.

Новизна

При формировании правил объединения внимание уделяется как индивидуальным запросам, так и мнению большинства. В программе отводится место коллективным мероприятиям, занятия в большинстве ведутся групповые, в то же время есть место для воплощения идей и замыслов.

Огромным плюсом в развитии творческого коллектива являются выступления перед социальными партнерами на разных концертных площадках района и города, в школах, перед ветеранами и т.д., а также участие в проектах разного уровня (ДДТ, район, город и др.).

В настоящее время происходит переход образования на новый уровень. Это подразумевает, что внедряются иные способы и методы взаимодействия между педагогом и учениками, однако не означает полный переход, например, на дистанционное обучение. Возможны такие варианты, как частичное, смешанное образование.

В период апрель-май 2020г произошли кардинальные изменения в подходе к ведению занятий. Они частично перешли в международную сеть Интернет. Для реализации такой программы задействованы несколько платформ:

1. Zoom – конференция

Это сервис для проведения аудио/видео-конференций, проведения занятий он-лайн уроков. В нашем случае данный сервис используется для бесед с детьми, объяснения

теоретического материала. Поддерживать связь со своими учениками – неотъемлемая часть в работе педагога доп. образования.

2. Социальная сеть Вконтакте

Это сетевой проект, помогающий поддерживать общение между людьми с удобным интерфейсом и многочисленными возможностями. Данная платформа довольно популярна среди детей и молодежи. Именно поэтому на ней проводилась реализация нашей программы. Вконтакте позволяет охватить большую группу детей, нежели в других социальных сетях. К тому же здесь происходит непосредственный контакт педагог-ребенок.

3. WhatsApp

Это популярная бесплатная система мгновенного обмена текстовыми сообщениями для мобильных и иных платформ с поддержкой голосовой и видеосвязи. Мессенджер также использовался для проведения занятий.

В социальной сети Вконтакте и мессенджере WhatsApp созданы отдельные чаты и беседы с детьми и родителями соответственно. В условиях дистанционного режима занятий дети получают домашние задания, консультации и обратную связь через данные платформы. В Instagram (Приложение для обмена фотографиями и видеозаписями с элементами социальной сети, позволяющее снимать фотографии и видео) создана страница объединения современного танца «Импульс», где публикуются фото/видео-материалы с занятий и концертов, полезные статьи в области хореографии. Обобщая вышесказанного, можно сделать вывод, что переход в цифровую эпоху для учащихся окажет положительное влияние.

Режим занятий

1 год обучения: 4 часа в неделю, 2 раза в неделю по 2 часа.
2 год обучения: 6 часов в неделю, 2 раза в неделю по 3 часа, либо 3 раза в неделю по 2
3 год обучения: 9 часов в неделю, 3 раза в неделю по 3 часа.

Форма обучения: очная.

Отличительные особенности программы:

Данная программа делает акцент не на многолетнее поэтапное воспитание танцоров через классический танец, а на развитие творческих способностей детей через занятия хореографией в разных танцевальных стилях. По окончании обучения по программе выпускники имеют возможность продолжать заниматься в объединении, реализуя себя в качестве наставника для младших воспитанников или помощника педагога.

Программа построена по логике усложнения преподаваемых знаний и умений. **На первом** году обучения дети знакомятся с миром танца, учатся владеть своим телом, слушать музыку и попадать в ритм, развивают физическую подготовку, пластику и гибкость, разучивают и исполняют 1-2 несложных номера. **На втором и третьем** году обучения учащиеся пытаются осваивать более сложные комбинации движений, поддерживают физическое состояние, пробуют и развивают способность к импровизации, собственному виденью движений тела в танце, разучивают и исполняют несколько танцевальных композиций.

В реализации данной программы большое внимание уделяется современным хореографическим тенденциям. Работа с малыми группами (7-9 человек)[1] позволяет максимально охватить интересы каждого ребенка в хореографии. Это позволяет откликнуться на потребности детей, посещающих объединение, что не всегда учитывается в больших профессиональных хореографических коллективах.

[1] Требования СанПиН 5.5.1Для занятий хореографией оборудуется зал для занятий ритмикой и танцами площадью из расчета 3 - 4 м2 на одного учащегося.

При формировании групп учитывает возрастное разделение (младшая группа, средняя, старшая и т.п.), это позволяет более равномерно продвигаться по программе.

При поступлении в объединение каждый ребенок проходит входную диагностику, чтобы выявить уровень способностей и пожеланий, с которыми идет работа по данной программе. Программа подразумевает три условных уровня: начинающий, базовый, продвинутый.

Технология разноуровневого обучения предполагает «параллельное освоение содержания программы на разных уровнях углубленности, доступности и степени сложности, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого из участников»[2] Входная диагностика является инструментом, с помощью которого определяется готовность ребёнка к освоению уровня содержания программы, в соответствии с которым подбираются формы и методы работы на занятии. Благодаря разноуровневому подходу педагогу легче найти подход к каждому ребенку, а детям с разной танцевальной подготовкой проще воспринимать учебный материал, осваивать программу.

Уровни освоения дополнительной общеобразовательной программы «Импульс»

Уровень	Психическое и физическое развитие	Мотивированность	Информированность и эрудиция в области хореографии	Компетенции
Начинающий (стартовый)	Ребенок способен повторить позиции рук и ног в приблизительном варианте. Понимает, что требуется от него на занятии, отвечает на вопросы педагога.	Ребенок готов заниматься на каждом занятии по расписанию.	Ребенок понимает различия в музыке и танцевальных жанрах (быстро/медленно, весело/грустно, темп, ритм, плавно/резко)	Предметные компетенции: знания и навыки в области эстрадного и современного танца минимальны.
				Метапредметные компетенции: слаборазвитые физические данные и чувство ритма, отсутствие культуры сценического поведения.
				Личностные компетенции: низкий уровень стремления к самосовершенствованию, отсутствие навыков работы в группе и синхронного исполнения.
Базовый	Ребенок старается максимально приближено к образцу повторить позиции рук и ног, положение корпуса. Понимает, что требуется от него на занятии, сам задает вопросы педагогу,	Ребенок готов заниматься на каждом занятии по расписанию, на дополнительных репетициях, понимает значимость своих стараний.	Ребенок понимает различия в музыке и танцевальных жанрах, воспринимает на слух терминологию.	Предметные компетенции: начальные знания и навыки в области эстрадного и современного танца.
				Метапредметные компетенции: среднеразвитые физические данные (выворотность, выносливость, гибкость, растяжка), хорошо развитое чувство ритма, есть представление о культуре сценического поведения

[2]Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ. – М., 2015г

	контактирует с другими участниками группы.			Личностные компетенции: средний уровень стремления к самосовершенствованию, среднеразвитые навыки работы в группе и синхронного исполнения.
Продвинутый	Ребенок способен определить свои и чужие ошибки в исполнении. Понимает, что требуется от него на занятии, сам задает вопросы педагогу и другим учащимся.	Ребенок готов к усиленной работе ради результата, способен к самостоятельным поискам.	Ребенок способен к импровизации на заданную музыку, имеет предпочтения в стилях танца и разбирается в изученной терминологии.	Предметные компетенции: общие знания и навыки в области эстрадного и современного танца.
				Метапредметные компетенции: хорошо развитые физические данные (выворотность, выносливость, гибкость, растяжка), отлично развитое чувство ритма, есть понимание культуры сценического поведения
				Личностные компетенции: высокий уровень стремления к самосовершенствованию, хорошо развитые навыки работы в группе и синхронного исполнения

Ведущие формы и виды деятельности – это беседы, игры, практические занятия, тренировки, мастер-классы, открытые занятия, концерты, конкурсы, фестивали.

1.2 Цель и задачи программы

Целью программы является развитие хорошей физической формы и творческих способностей учащихся через обучение эстрадному и современному танцу.

Задачи.

Образовательные:

- Развитие и поддержание хорошей физической формы учащихся.
- Формирование предметных знаний, навыков и компетенций в области эстрадного и современного танца, концертной деятельности.

Развивающие:

- Развитие творческих способностей ребёнка средствами эстрадного и современного танца.
- Формирование сценической культуры детей.

Социально-педагогические:

- Педагогическая поддержка ребёнка к творческой самореализации и самосовершенствованию.
- Развитие коммуникативных навыков учащихся и взаимодействия в коллективе.

1.3. Содержание программы

Учебный план образовательной программы «Импульс»

№		Год занятий	ФОРМЫ

	Название изучаемого курса (предмета)	(кол-во часов)			АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		1 год	2 год	3 год	
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	74	106	136	Тест ОФП
2	Эстрадный и современный танец	48	88	146	Задания исполнительского мастерства, Задания музыкальной разножанровости, Задания исполнительского мастерства
3	Постановка танцев и концертно-постановочная деятельность	22	22	42	Отчетные выступления Анализ деятельности, выступления, защиты проектов
ИТОГО:		144	216	324	

В учебный план включены общие дисциплины, занятия по которым позволяют разносторонне развивать ребенка в области хореографии. Большой упор делается на физическое развитие детей: укрепление осанки и развитие гибкости, это связано со стремлением компенсировать малую физическую активность у детей, решение проблемы лишнего веса и т.д. Кроме того, хорошая физическая подготовка дает возможность развиваться детям в различных танцевальных направлениях и после выпуска из объединения. Часы указаны примерные, с возможностью углубленного изучения каких-либо дисциплин, вариативности выбора последовательности изучения разделов по желанию детей и педагога. В календарно-тематическом планировании так же учитывается программа культурно-массовых мероприятий МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» и СП «Фрегат».

Содержание разделов программы

На первом году обучения учащиеся осваиваются основы различных направлений танца, большое внимание уделяется развитию общей физической подготовки детей, т.к. она дает возможность продвигаться в хореографии.

На втором году обучения педагог с детьми может уже выбирать какие-то более востребованные темы программы, особое внимание уделяют социальным событиям, праздникам и т.п.

Для третьего года обучения характерно развитие самостоятельного интереса к танцевальной культуре, чтобы ребенок не только посещал занятия, но и стремился самостоятельно осмысливать, какое направление ему больше нравится и почему, умел импровизировать, прислушиваться к музыке и своему телу. Тем не менее, немалое внимание уделяется разделу ОФП, для поддержания фигуры и физического здоровья. На третьем году обучения активные дети могут участвовать в каких-либо проектах. Педагог в рамках программы осуществляет необходимое сопровождение.

Учебно-тематический план первого года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1	**Общая физическая подготовка (ОФП)**	**74**	**6**	**68**	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	36	2	34	
1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины	8	1	7	
1.3	Упражнение для развития стопы.	8	1	7	
1.4	Растяжка	16	1	15	
1.5	Акробатика	6	1	5	
2	**Эстрадный и современный танец**	**48**	**2**	**14**	Задания исполнительского мастерства, Задания музыкальной разножанровости, Задания исполнительского мастерства
2.1	Эстрадный танец	8	1	7	
2.2	Современный танец	8	1	7	
2.3	Джаз, модерн, контемпорари	16	1	15	
2.4	Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и д.р.	16	1	15	
3	**Постановка танцев и концертная деятельность**	**22**	**2**	**20**	Отчетные выступления Анализ деятельности, выступления, защиты проектов
	Итого	**144**	10	134	

Содержание разделов программы 1 года обучения

Раздел 1. ОФП

1.1 Разминка

Упражнения для разогрева мышц и суставов: шеи, спины, плечевого пояса, кистей, стоп и т.д.

1.2 Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины

Упражнения для разминки мышц груди, поясницы и спины, наклоны, упражнения в парах.

1.3 Упражнение для развития стопы.

Упражнения для разогрева мышц стопы и развития подъема стопы.

1.4 Растяжка

Упражнения для растяжки спины и ног, работа в парах.

1.5 Акробатика

Простые акробатические упражнения: стойка на руках, мостик, стойка на лопатках, кувырок вперед, колесо и т.д.

Раздел 2. Эстрадный и современный танец

2.1 Эстрадный танец

Отличие эстрадного танца от других танцевальных направлений. Изучение базы классического танца, которая служит основой для эстрадного танца. Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позициям, (гран-плие) по 1 позиции. Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях. Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции, вперед, в сторону. Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра). Медленное поднимание ноги (релевелян) вперед, в сторону. Прыжки (эшаппе) из 1 позиции во 2 и обратно.

2.2 Современный танец

Отличие современных видов танца от народного, бального и других видов танца. Упражнения с продвижением по залу. Комбинации движений с перемещением по залу. Тренировка координации движений, отработка синхронного действия во время продвижения по парам, по тройкам. Упражнения на импровизацию. Свободный танец.

Упражнения на месте и продвижение, комбинации движений. Тренировка координации движений, отработка синхронного выполнения комбинаций.

2.3 Модерн, контемпорари

Позиции рук и ног в модерн, контемпорари, повороты и прыжки. Выполнение упражнений в такт музыки.

2.3 Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др.

Музыка стилей Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др. Сходство и различие стилей. Основные движения корпусом, рук и ног. Простые связки движений. Выполнение упражнений в такт музыки.

Раздел 3. Постановка танцев и концертная деятельность

Работа над танцевальным номером: распределение ролей, отработка связок движений, отработка синхронного выполнения, актерское игра. Сюда же входят выступления с номерами на концертах и мероприятиях.

Учебно-тематический план второго года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1	**Общая физическая подготовка (ОФП)**	**106**	**6**	**100**	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	43	2	41	
1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины	12	1	11	
1.3	Упражнение для развития стопы.	15	1	14	
1.4	Растяжка	30	1	29	
1.5	Акробатика	6	1	5	
2	**Эстрадный и современный танец**	**88**	**4**	**84**	Задания исполнительского мастерства, Задания музыкальной разножанровости, Задания исполнительского мастерства
2.1	Эстрадный танец	21	1	20	
2.2	Современный танец	8	1	7	
2.3	Джаз, модерн, контемпорари	29	1	28	
2.4	Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп,Хаус, Локкинг и др.	30	1	29	

3	**Постановка танцев и концертная деятельность**	**22**	**2**	**20**	Отчетные выступления Анализ деятельности, выступления, защиты проектов
	Итого	216	12	204	

Содержание разделов программы 2 года обучения

Раздел 1. ОФП

Включает в себя весь курс первого года обучения. Самостоятельный подбор движений, например, каждый ребенок показывает по одному упражнению разминки, остальные выполняют вместе с ним.

Раздел 2. Эстрадный и современный танец

2.1 Эстрадный танца

Повторение и закрепление упражнений первого года обучения. Изучение базы классического танца, которая служит основой для эстрадного танца. Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позициям, (гран-плие) по 1 позиции. Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях. Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции, вперед, в сторону. Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра). Медленное поднимание ноги (релевелян) вперед, в сторону. Прыжки (эшаппе) из 1 позиции во 2 и обратно.

2.2 Современный танец

Более сложные задания и упражнения на импровизацию. Свободный танец без задания. Упражнения с продвижением по залу. Комбинации движений с перемещением по залу. Тренировка координации движений, отработка синхронного действия во время продвижения по парам, по тройкам. Упражнения на месте и продвижение, комбинации движений. Тренировка координации движений, отработка синхронного выполнения комбинаций.

2.3 Модерн, контемпорари

Усложнение позиций. Разучивание более сложных танцевальных связок. Позиции рук и ног в джазовом танце, модерн, контемпорари, повороты и прыжки. Выполнение упражнений в такт музыки.

2.3 Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др.

Музыка стилей Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и д.р. Базовые движения корпусом, рук и ног. Простые и усложнённые связки. Выполнение упражнений в такт музыки.

Раздел 3. Постановка танцев и концертная деятельность

Работа над танцевальным номером: распределение ролей, отработка связок движений, отработка синхронного выполнения, актерское игра. Сюда же входят выступления с номерами на концертах и мероприятиях.

Учебно-тематический план третьего года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1	**Общая физическая подготовка (ОФП)**	**136**	**6**	**130**	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	56	2	54	

1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины	16	1	15	
1.3	Упражнение для развития стопы.	16	1	15	
1.4	Растяжка	36	1	35	
1.5	Акробатика	12	1	11	
2	**Эстрадный и современный танец**	**146**	**4**	**142**	Задания исполнительского мастерства, Задания музыкальной разножанровости, Задания исполнительского мастерства
2.1	Эстрадный танец	46	1	45	
2.2	Современный танец	30	1	29	
2.3	Джаз, модерн, контемпорари	35	1	34	
2.4	Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др.	35	1	34	
3	**Постановка танцев и концертная деятельность**	**42**	**2**	**40**	Отчетные выступления Анализ деятельности, выступления, защиты проектов
3.1	Постановка танцев и концертная деятельность	38	1	36	
3.2	Индивидуальная работа	4	1	6	
	Итого	324	12	312	

Содержание разделов программы 3 года обучения

Раздел 1. ОФП

Включает в себя весь курс второго года обучения, плюс проведение разминки самостоятельно от начала до конца одним ребенком перед другими.

Раздел 2. Эстрадный и современный танец

2.1 Эстрадный танца

Включает в себя весь курс второго года обучения. Классические и эстрадные комбинации движений. Самостоятельная постановка эстрадных связок и комбинаций.

Разучивание простого эстрадного танца на тему, продиктованную внешним мероприятием, например, Новый год, каникулы, Масленица и т.п.

2.2 Современный танец

Повторение материала второго года обучения. Упражнения с продвижением по залу из одного рисунка в другой. Свободные движения. Сложные комбинации движений с перемещением по залу, отработка координации и синхронного исполнения. Упражнения на месте и продвижение, сложные комбинации движений, отработка координации и синхронного исполнения. Задания импровизации для развития своего собственного виденья и ощущения движений в танце, под заданную музыку, возможность реализации творческого потенциала детей.

2.3 Модерн, контемпорари

Усложнение позиций. Разучивание более сложных танцевальных связок. Позиции рук и ног в модерн, контемпорари, повороты и прыжки. Выполнение упражнений в такт музыки. Сложные комбинации движений, отработка координации и синхронного исполнения.

2.3 Уличные стили танца: Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др.

Выполнение упражнений в такт музыки. Разновидности музыки, ритма и движений в стиле Хип-хоп, Вог, Крамп, Хаус, Локкинг и др. Исполнение основных движений в заданных стилях, разучивание комбинаций.

Раздел 3. Постановка танцев и концертная деятельность

Работа над танцевальным номером: распределение ролей, отработка связок движений, отработка синхронного выполнения, актерское игра. Сюда же входят выступления с номерами на концертах и мероприятиях.

3.1 Индивидуальная работа

Данный подраздел подразумевает работу педагога с одним или с конкретной группой детей, направленную на подготовку их к какому-либо мероприятию или проекту: хореографическому конкурсу, творческому фестивалю и т.п. Занятия проводятся по мере необходимости один час в неделю. Включает себя беседы о музыкальных стилях, о танцевальных сюжетах, значение костюма; придумывание образа и разработка костюмов, создание комбинаций движений и отработка танцев, и многое другое, необходимое для того или иного проекта. Данный процесс может включать в себя просмотр видео материалов, служащих примеров какого-либо исполнения и вдохновением. Итогом обучения по данному разделу является участие ребенка или группы в каком-либо проекте/конкурсе/фестивале.

1.4. Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Результаты первого года обучения

Предметные. По итогам первого года обучения ребенок будет/ сможет:

- Иметь начальное представление о разных направлениях эстрадного и современного танца.
- Ознакомиться с основами техники исполнительской деятельности.

Метапредметные.

- Обладать хорошими физическими данными.
- Расширить кругозор в области хореографии.
- Узнать о культуре сценического поведения.

Личностные.

- Стремление выразить свои умения в области хореографии.
- Способность работать в паре, в группе.

Результаты второго года обучения

Предметные. По итогам реализации данной программы ребенок будет/ сможет:

- Овладеть общими знаниями, навыками и компетенциями в области эстрадного и современного танца.
- Использовать технику исполнительской деятельности по назначению.

Метапредметные.

- Обладать среднеразвитыми физическими данными
- Приобрести уверенность в своем исполнительском мастерстве
- Следовать культуре сценического поведения.

Личностные.

- Стремление к самореализации и самопрезентации.
- Развитые общие творческие способности - любознательность, интерес к дивергентным задачам, концентрацию внимания.
- Коммуникативные навыки и способность работы в коллективе.

Результаты третьего года обучения

Предметные. По итогам реализации данной программы ребенок будет/ сможет:

- Владеть знаниями и навыками в области эстрадного и современного танца.
- Владеть техникой исполнительской деятельности.

Метапредметные.

- Развить и усовершенствовать свои физические данные.
- Раскрыть свой творческий потенциал в области хореографии.
- Освоить навыки проектной и исследовательской деятельности.
- Понимать и демонстрировать культуру сценического поведения.

Личностные.

- Владение культурой самореализации и самопрезентации.
- Развить общие творческие способности - любознательность, оригинальность и гибкость мышления, интерес к дивергентным задачам, концентрации внимания.
- Коммуникативные навыки и способность работы в коллективе.

Кроме того, результатом деятельности является сплоченный творческий коллектив с постоянным составом, способный выступать с танцевальными номерами на разных концертных площадках.

Занятия в группах способствуют созданию единого творческого коллектива с комфортной и творческой атмосферой внутри, способного исполнять совместные танцевальные номера.

А индивидуальная работа с активными и способными детьми предполагает участие с ними в проектной деятельности, выступления на концертах и конференциях разного уровня.

Способы проверки.

Как уже говорилось выше, каждые полгода происходит диагностика уровня компетенций обучающихся.

В начале года педагог определяет индивидуальные способности каждого ребенка с помощью собеседования, теста по ОФП (Приложение 1), теста на выявление начальных хореографических навыков учащихся (Приложение 2), заданий для определения уровня творческих способностей (Приложение 3). Определяется уровень, по которому выстраивается дальнейшая работа.

Для выявления уровня используются задания на чувство ритма, исполнений танцевальных комбинаций, игровые задания (пантомимы, игры на доверие, игры для развития командного духа, состязания), задания на импровизацию, ведется журнал посещаемости. По окончании первого полугодия обучающиеся выступают с танцевальным номером на новогоднем мероприятии СП. А в конце учебного года проводится отчетный концерт со всеми танцевальными номерами, которые были отработаны в течение учебного года. Такая форма диагностики является полезным опытом для детей и показывает достигнутые ими в ходе учебного года результаты.

Диагностика готовности обучающихся к освоению определённого уровня содержания программы проводится каждые полгода, выводы делаются по каждому ребенку индивидуально.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1 Календарный учебный график 2024-2025 учебный год.

(в соответствии с годовым учебным графиком Департамента образования администрации г.Томска для МОУ г. Томска на 2024-2025 уч.г., Распоряжение № 779р от 25.06.2024)

№ п/п	Число / Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Место проведения	Форма контроля
1 четверть	2 сентября – 25 октября	Согласно учебному расписанию	• *Практическое занятие* • *Мастер-классы*	8 уч. недель. *1 г.о. – 32 ч.* *2, 3 г.о. – 48 ч.* *Итого: 128 ч*	*ДДТ «У Белого озера», СП «Фрегат, Беринга 15*	Входная диагностика и текущий контроль
осенние каникулы	26 октября – 4 ноября		• *Экскурсии* • *Участие в выставках*	10 календарных дней *1 г. о. – 4* *2, 3 г.о. – 6 ч.* *Итого: 16 ч*		
2 четверть	5 ноября – 27 декабря	Согласно учебному расписанию	• *Практическое занятие* • *Мастер-классы* • *Участие в конкурсах и выставках* • *Аттестационное мероприятие*	8 уч. недель. *1 г.о. – 32 ч.* *2, 3 г.о. – 48 ч.* *Итого: 128 ч*	*ДДТ «У Белого озера», СП «Фрегат, Беринга 15*	Промежуточная аттестация
зимние каникулы	28 декабря – 7 января			11 календарных дней		
3 четверть	8 января – 21 марта	Согласно учебному расписанию	• *Практическое занятие* • *Участие в конкурсах и выставках, МК*	10 уч. недель (1 кл. -9 нед) *1 г.о. – 40 ч.* *2 г.о – 60 ч* *Итого: 160 ч*	*ДДТ «У Белого озера», СП «Фрегат, Беринга 15*	Текущий контроль
весенние каникулы	22 марта– 31 марта		• *Экскурсии* • *Участие в выставках*	10 календарных дней *1 г. о. – 4* *2, 3 г.о. – 6 ч.* *Итого: 16 ч*		

4 четверть	1 апреля – 26 мая	Согласно учебному расписанию	• *Практическое занятие* • *Мастер-классы* • *Аттестационное мероприятие*	8 уч. недель. *1 г.о. – 32 ч.* *2, 3 г.о. – 48 ч.* *Итого: 128 ч*	*ДДТ «У Белого озера», СП «Фрегат, Беринга 15*	Аттестация по итогам учебного года
Доп.каникулы для 1-х классов	17 февраля - 23 февраля		• *Практическое занятие* • *Участие в конкурсах и выставках, МК*	7 календарных дней		
				Итого: 36 недель 34 уч. недели + 2 каникулярные недели *1 г.о – 144 ч* *2 г.о – 216 ч.*		

2.2 Условия реализации программы

Организационно-педагогические: в рамках работы по программе ведется сотрудничество с родителями учащихся: проводятся родительские собрания, а также родители и родственники приглашаются на внутриклубные мероприятия и другие выступления коллектива.

С помощью внутриклубных мероприятий и проектов происходит взаимодействие с другими объединениями структурного подразделения и образовательного учреждения (Новогодние праздники, отчетные концерты, Мастер- классы по ННД, выступления и многое другое). Это способствует развитию сотрудничества, чувству единства, что помогает в организации дальнейших праздников и мероприятий.

Так как СП не обладает помещением, пригодным для проведения концертов, то этот вопрос решается с помощью партнерства с близлежащими школами, где предоставляется в рамках сотрудничества актовый зал для проведения отчетного концерта Главный корпус ДДТ.

Для концертной деятельности необходимым является наличие костюмов и гардероба. На данный момент наше объединение решало эти вопросы через сотрудничество с родителями. Также в СП «Фрегат» есть объединение «Рукодельница», где педагоги помогают осуществить пошив танцевальных костюмов. В перспективе это открывает возможность самостоятельного изготовления детьми концертных костюмов и декораций.

Кадровые: основную работу с объединением осуществляет педагог дополнительного образования.

Материально-технические:

- спортивный зал, оборудованный зеркалами, хореографическим станком, с наличием вентиляции. В зале проводится своевременная влажная уборка, проветривание и т.д.
- переносной музыкальный центр либо ноутбук, колонки;
- спортивный инвентарь: татами, маты.

Методическое:

- наглядный и раздаточный материал: инструкции по технике безопасности, фото и видео материалы.
- Программа обучения, имеющая контрольно-оценочный механизм;
- Музыкальный материал, cd-диски, флеш-накопители, используемые на занятиях.

Дистанционные занятия проводятся при необходимых условиях:

- Смартфон, подключенный к сети Интернет;
- Достаточное пространство для проведения занятия;
- Использование соц. платформ ВК, WhatsApp для поддержания связи с детьми и родителями, а также передачи и обмена материалов, необходимых для занятий.

2.3 Формы аттестации

Входная диагностика осуществляется с помощью собеседования, через которое выявляются запросы ребенка, с какой целью он пришел в объединение, а также уровень подготовки в данном виде деятельности. Задаются вопросы типа: занимался ли когда-нибудь хореографией? Если да, то, как долго и почему перестал заниматься? Какими видами танца владеет? Какие виды танца наиболее интересны? Есть ли опыт выступлений в номерах на сцене? Это дает представление о стартовых возможностях ребенка, и что от него можно требовать.

Также, с помощью заданий и тестов по ОФП, теста на выявления танцевальных способностей, теста на выявление начальных хореографических навыков учащихся, заданий для определения уровня творческих способностей и наблюдения определяется уровень каждого ребенка. Все показатели фиксируются в общих картах групп (Приложения 1,2, 3).

Входная диагностика может проводиться в дистанционном формате в виде анкеты, после заполнения которой выявляются необходимые данные(Приложение 4).

В Приложении 5 приведены реальные данные, которые явно показывают прогресс учащихся.

Промежуточная аттестация проходит в форме зачетного выступления в конце первого полугодия. Для того чтобы ребенок был включен в танцевальный номер, от него требуется стабильное посещение занятий, освоение всего материала, который дается за это время. Если ребенок соблюдает эти условия, то он получает зачет. Остальные комментарии производятся уже на общей рефлексии после выступления, как и кто выступил, каковы успехи, какие остались недочеты и т.д. Для тех, кто пришел в объединение позже и не успел включиться в танцевальный номер, зачет производится в индивидуальном порядке, учитывается степень освоения данного уже конкретному ребенку материала. Также для них используется диагностика в рамках текущего мониторинга – зачет данных ОФП и тесте Т. Барышевой. На протяжении всего года идет наблюдение педагога за детьми, у кого и как развиваются навыки в танцевальном искусстве, а также в личном общении с другими детьми.

В течение года минимум два раза (в декабре и в мае, можно чаще) проводятся зачеты данных ОФП детей: шпагат, мостик, колесо и т.д.

Перенос промежуточной аттестации в электронный формат возможен и он может облегчить его проведения: для работы будет затрачено меньше времени и как следствие, не будет долгого ожидания. Необходимые задания для проведения аттестации не требуют непосредственного нахождения ребенка в учебном помещении.

Аттестация по итогам учебного года осуществляется в форме отчетного концерта. Подготовка к концерту начинается заранее, определяется количество номеров, которые следует отработать до выступления. Дети ответственно подходят к этому делу, так как чувствуют его значимость. В номерах отчетного концерта должны участвовать все учащиеся объединения, зачет производится по принципу, как и в промежуточные диагностики. На отчетном мероприятии и при подготовке к нему видно насколько сформирован танцевальный коллектив, как дети взаимодействуют не только на сцене, но и вне ее, поддерживают ли друг друга, делают ли замечания товарищам для более слаженной работы и т.д. После концерта обязательно проходит общее чаепитие, на котором происходит беседа о полученных впечатлениях, отзывах родителей и зрителей, подведение итогов года, что удалось сделать и в какой мере, высказываются ожидания на будущий учебный год. Особенности на каждом уровне. Аттестация по итогам учебного года также может осуществляться в дистанционном формате. Например, на платформе видео-конференций Zoom, где непосредственно в реальном режиме происходит зачёт.

2.4 Оценочные материалы

Фиксация достижений обучающихся происходит в журнале и в виде письменного отчета о мероприятии. Оценивание производит педагог, непосредственно работающий с группами. Если ребенок или группа участвует в каком-либо проекте/конкурсе, то оценивание производят эксперты данного мероприятия. Все результаты фиксируются в групповые карты. Это позволяет следить за динамикой творческого и физического развития каждого ученика и группы в целом.

Усвоение тематического материала фиксируется в зачетную таблицу мониторинга данных по ОФП (см. приложение) и таблицу измерений начальных хореографических

навыков (см. приложение) группы учащихся, что позволяет следить за динамикой развития учеников в группе.

На протяжении всего процесса обучения осуществляется наблюдение как индивидуальное, так и за группой в целом: какова мотивация на обучение у учащихся, каково взаимодействие между ними внутри группы и т.д.

2.5 Методические материалы

Методическое обеспечение программы, выбор форм и методов, особенностей методики работы представлено в программе в соответствии с разделами:

1.**ОФП – общая физическая подготовка.**

Как уже неоднократно отмечалось, для овладения столь разными стилями танца требуется хорошая спортивная форма, поэтому формы и методы выбираются следующие: тренировочные занятия, занятия на растяжку, акробатические тренировки; методы - объяснение, демонстрация, повторение.

2. **Эстрадный и современный танец.**

Основные формы работы: групповые занятия, обучающие уроки, постановочные занятия, репетиции, выезд на концерт/ фестиваль/ конкурс.

Методы: словесные: объяснение, рассказ, беседа, повторение теории; наглядные: просмотр видеоматериалов из мировой практики, демонстрация, повторение упражнений.

3.**Постановка танцев и концертная деятельность.**

Основные формы работы: репетиция, постановочное занятие, сценическое выступление. Для достижения эффективности занятий применяются такие методы как: рассказ, объяснение, демонстрация, повторение, обсуждение, анализ и самоанализ собственных выступлений.

Реализация программы в дистанционном режиме

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской федерации было принято решение о введении режима проведения дистанционных занятий. В дальнейшем этот опыт планируется применять и в обычной практике.

Формы дистанционных занятий: асинхронные – самостоятельные работы, индивидуальная работа.

Методы: словесные – объяснение, обсуждение; Наглядные – демонстрация, повторение, просмотр видеоматериалов из мировой практики; анализ и самоанализ.

Резонно отметить, что перенос занятий в электронный формат имеет ряд положительных моментов: быстрая связь с детьми и их родителями, обучение в любое удобное время несмотря на погодные условия, индивидуальный подход к ребёнку. Однако полностью переформатировать программу возможно, если сохранятся ограничительные меры в стране.

Список использованной литературы

✓ **Нормативные документы:**

1. Послание Президента РФ Федеральному собранию-2024;
2. Указ Президента РФ № 309 от 7 мая 2024 г. «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
3. Постановление администрации Города Томска от 29.03.2024 № 248 «О внесении изменений в постановление администрации Города Томска от 26.09.2023 № 813 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования» на 2024-2030 годы»;
4. Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
5. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
6. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3);
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
10. «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования»;
11. Концепция развития ДОД до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
12. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);
13. Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28 сентября 2020 года N 28;
14. Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
15. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «О направлении программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях» N ИР-352/09 от 30.05.2013 г.;
16. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (Утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации N 996-р от 29.05. 2015 г.);
17. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный

педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.);

18. Устав МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» (утв. Педагогическим советом 27.05.2022, Пр. № 3);
19. Целевая комплексная Программа развития МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска на 2025 - 2029 гг (Пр. № 191 от 28.08.2024);
20. Программа воспитания МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска на 2023-2024 уч. г. (Пр. № 190 от 28.08.2024);
21. Положение о дополнительной общеразвивающей разноуровневой программе МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска (Пр. № 3 от 27.05.2022);
22. Положение об аттестации учащихся детских объединений МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г. Томска (Пр. № 161 от 23.09.2021);
23. Положение о внутренней системе оценки качества образования (ВСОКО) МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр. № 138 от 01.09.2021);
24. Положение о правилах приема, порядке и основаниях перевода, отчисления и восстановления обучающихся МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр. № 2 от 08.04.2021);
25. Положение об организации образовательного процесса с применением электронного обучения и с использованием дистанционных технологий (Пр. № 138 от 01.09.2021);
26. Положение о реализации национальных проектов в МАОУ ДО ДДТ «У Белого озера» г.Томска (Пр.№ 169 от 20.06.2022 г.);
27. Дорожная карта (план мероприятий) ДДТ по достижению показателей муниципального проекта «Успех каждого ребёнка» (Пр. № 190 от 28.08.2024).

✓ **Литература, используемая педагогом:**

1. Абдукадырова Р.К. и Кравцова Ю.А. «Неваляшки» (Игровая ритмика для детей) Томск – 2014.
2. Абдукадырова Р.К. Театрализованная ритмологопластика. – Томск: ДДТ «У Белого озера», 2005.
3. Бекина С.И. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет): из опыта работы музыкальных руководителей детских садов. – М.: Просвещение, 1984.
4. Болекарева Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. Учебно-методическое пособие. – Кемерово: Кемеровск. гос. академия культуры и искусств, 1998.
5. Вайнбаум Я.С. и др. Гигиена физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А.Родионова. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 240 с.
6. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. 2000. - 503 с.
7. Галигузова Л. Застенчивый ребенок//Дошкольное воспитание. - 2000 г., № 4.
8. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселев Т.Г. Стретчинг. Подвижность, гибкость, элегантность. М., Советский спорт, 1991, 96с.
9. Граббед Р. Игры для малышей от года до шести. - М.: Росман, 1999.
10. Еркомайшвили И.В. Основы теории физической культуры: курс лекций. - Екатеринбург, 2004. - 192 с.
11. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. - М.: Советский спорт, 1990. - 64 с..
12. Иванова О., Поддубная Ж. 100 упражнений стретчинга для всех групп мышц // Спорт в школе. – 1998. – № 37-38.

13. Максимова Р.З., Подрезова Д.А. Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Школа – студия «Sерпантин» Томск – 2014. – 82с.
14. Хамзин Х.Х. Правильная осанка. – М.: Эксмо, 1999.
15. Цуконфт-ХуберБю. Гимнастика для малышей.- М.: АСТ, 2006
16. Эйнон Д. Творческая игра от рождения до 10 лет. - М.: Педагогика-пресс, 1995.

✓ **Литература, рекомендованная учащимся**

- ***Разделы для дошкольников: Логопедическая ритмика, Гимнастика, Ритмика.***

17. Абдукадырова Р.К. и Кравцова Ю.А. «Неваляшки» (Игровая ритмика для детей) Томск – 2014.
18. Абдукадырова Р.К. Театрализованная ритмологопластика. – Томск: ДДТ «У Белого озера», 2005.
19. Бекина С.И. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет): из опыта работы музыкальных руководителей детских садов. – М.: Просвещение, 1984.
20. Болекарева Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. Учебно-методическое пособие. – Кемерово: Кемеровск. гос. академия культуры и искусств, 1998.
21. Галигузова Л. Застенчивый ребенок//Дошкольное воспитание. - 2000 г., № 4.
22. Граббед Р. Игры для малышей от года до шести. - М.: Росман, 1999.
23. Зайцева Г.А., Игнатьева Е.Н., Ромина Н.А., Чернякина С.С. Сказочный театр физической культуры. – Волгоград: Учитель, 2004.
24. Иванова О., Поддубная Ж. 100 упражнений стретчинга для всех групп мышц // Спорт в школе. – 1998. – № 37-38.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения, танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
26. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста (в двух частях). – М.: Владос, 2001.
27. Максимова Р.З., Подрезова Д.А. Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Школа – студия «Sерпантин» Томск – 2014. – 82с.
28. Первушина Е. Как выявить и развить способности вашего ребёнка.— М.; СПб.: Центрполиграф: Мим-Дельта, 2005. – В прил.: Гимнастические упражнения для детей разных возрастов; Подвижные игры; Стихи для танцев и хороводов.
29. Хамзин Х.Х. Правильная осанка. – М.: Эксмо, 1999.
30. Цуконфт-ХуберБю. Гимнастика для малышей.- М.: АСТ, 2006
31. Эйнон Д. Творческая игра от рождения до 10 лет. - М.: Педагогика-пресс, 1995.

- ***Раздел ОФП***

32. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 1996. - 256 с.
33. Вайнбаум Я.С. и др. Гигиена физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А.Родионова. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 240 с.
34. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. 2000. - 503 с.
35. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселев Т.Г. Стретчинг. Подвижность, гибкость, элегантность. М., Советский спорт, 1991, 96с.

36. Еркомайшвили И.В. Основы теории физической культуры: курс лекций. - Екатеринбург, 2004. - 192 с.
37. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. - М.: Советский спорт, 1990. - 64 с..
38. Иванова О., Поддубная Ж. 100 упражнений стретчинга для всех групп мышц // Спорт в школе. – 1998. – № 37-38.
39. Коркин В.П. Акробатика. - М.: ФиС, 1983. - 127 с.
40. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. Ставрополь: Изд-во СГУ. – 2001. – 224 с.
41. Майкл Дж. Алтер Наука о гибкости. Киев Олимпийская литература, 2001, 421с.
42. Мейнель К., Шнабель Г. Учение о движении – спортивная моторика. – Берлин., - 2001
43. Михайлова Э.И., Иванов Ю.И. Ритмическая гимнастика: справочник. - М.: Изд-во "Московская правда", 1987. - 80 с.
44. Ротес Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие для учащихся пед. уч-щ по спец. № 1910 "Физ. культура". - М.: Просвещение, 1989. - 175 с.
45. Секреты гибкости: Полная амплитуда движений. Пер. с англ. В.Орехова, М., ТЕРРА, 1997, 144с.
46. Словарь терминов гимнастики и основ хореографии / Авторы-составители: А.И. Рябчиков и Ж.Е. Фирилева. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009. - 288 с.

- ***Раздел Эстрадный и современный танец***

47. Базарова Н.П. Азбука классического – СПб.: Лань, 2006.
48. Беляевский А. Хип-хоп как стиль жизни, Архангельск, 2003
49. Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1954
50. Борисанова Н.В. Дополнительная образовательная программа. «Хореография. Школьный хореографический коллектив» Томск – 2014. – 26с.
51. Боттомер П. Танец современный и классический: большая иллюстрированная энциклопедия.— М.: Эксмо, 2006.
52. Калинина О.В. Программа дополнительного образования «Хореография». Тверь. – 2011. – 42с.
53. Каргина З.А. Современные методологические подходы в сфере дополнительного образования детей /Вестник Томского государственного педагогического университета, выпуск № 1. – Томск: -2011., С.5-11.
54. Краткий словарь танцев / ред. А. В. Филиппов.— М.: Флинта: Наука, 2006.
55. Лебединская В.Г. Образовательная программа дополнительного образования детей «Обучение детей основам модерн-джаз танца». - М., – 45с.
56. Народные танцы / Сост. О. В. Иванникова.— М.; Донецк: АСТ: Сталкер, 2007.
57. Никитин, В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – Москва: Один из лучших, 2006 – 254 с.
58. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М.: «ГИТИС», - 2000.- 440с.
59. Покровская С.В. Программа дополнительного образования детей старшего школьного возраста «Современный танец». –Волгоград – 2011.
60. Сапожникова С.М. Образовательная программа дополнительного образования «Хореографическая студия «Эдельвейс». - М., – 22с.
61. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М., 1985.

- ***Раздел Постановка танцев и концертная деятельность***

62. Бурновиль, А.С. Моя театральная жизнь / А.С. Бурновиль. – М.: Искусство, 1999. – 232 с.

63. Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1954.
64. Васильев И.А., и др., Эмоции мышления. - М.: МГУ, 1990.
65. Громов Ю.И. Комиссарова Т.А. Розанова О. И. Самодеятельное хореографическое искусство. – Санкт-Петербург 1993.
66. Есаулов И.Г. Хореодраматургия. – Ижевск 2000.
67. Жиенкулова Ш. Танцы друзей. - Алма-Ата, Опор, 1989.
68. Захаева Б.Е. Мастерство актера и режиссера. - М.: Просвещение, 1978
69. Захаров Р. Сочинение танца. – Москва «Искусство» 1983.
70. Нарская Т. Б. Историко-бытовой танец. – Челябинск 1996.
71. Никитин В, Ю. «Модерн-джаз танец» Я вхожу в мир искусств. № 4 1998.
72. Панферов В. Пластика современного танца. – Челябинск 1996г.
73. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. - М.: Просвещение, 1985.
74. Смирнов И.В. Искусство балетмейстера. – Москва «Просвещение» 1986.
75. Слонимский, Ю. Чудесное было рядом / Ю. Слонимский. – М.: Искусство, 1984. – 365 с.
76. Уральская В.И. Природа танца. – Москва «Советская Россия» 1981.

- ***Раздел Клубная деятельность: участие в мероприятиях СП, экскурсии, проекты, творческие игры***

77. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – Л.: Лениздат, 1992.
78. Григоренко Е.В. Технология «порфолио»: содержание и результаты //Инновационные образовательные технологии: теория и практика. / Под ред. Е.А. Сухановой. – Томск: UFO-plus, 2008.
79. Гуриков С.Р. Методическое пособие с программой по созданию презентаций MSPowerPoint. – Красногорск: КОЭК, 2003.
80. Игровой калейдоскоп: играя отдыхаем, общаемся, познаем. – Томск, 2002.
81. Игры на сплочение. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://vozhatiki.ru/load/igroteka/igry_na_splochenie/21-3, свободный – (13.05.20).
82. Инновационные образовательные технологии и практика / под ред. Е.А. Сухановой. – Томск: UFO-plus, 2008.
83. Плаксина И.Э. Сборник «Игры и упражнения на каждый день» / Дом детского творчества «У Белого озера» города Томска Многопрофильный клуб «Огонёк» - 2011.
84. Пугачёв В.П. «Тесты, деловые игры, тренинги в управлении персоналом». – М.: Аспект-Пресс, 2002.
85. Театр, где играют дети: Учеб.-метод. пособие для руководителей детских театральных коллективов / Под ред. А.Б. Никитиной. – М.: ВЛАДОС, 2001.
86. Футбер, И. Пантомима, движение и образ / И. Футбер. – М.: Искусство, 2000. – 298 с.
87. Эльяш, Н. Образы танца / Н. Эльяш. – М.: Искусство, 2002. – 453 с.

- ✓ **Литература, рекомендуемая для детей и родителей**

88. Баль, Л.В. От восьми до семнадцати, или что думают о здоровье дети / Л.В. Баль – М., 2000. – 70 с.
89. Бурновиль, А.С. Моя театральная жизнь / А.С. Бурновиль. – М.: Искусство, 1999. – 232 с.
90. Галигузова Л. Застенчивый ребенок//Дошкольное воспитание. - 2000 г., № 4.
91. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселев Т.Г. Стретчинг. Подвижность, гибкость, элегантность. М., Советский спорт, 1991, 96с.
92. Информационный танцевальный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.5678.ru, свободный – (13.05.20).

93. Первушина Е. Как выявить и развить способности вашего ребёнка.— М.; СПб.: Центрполиграф: Мим-Дельта, 2005. – В прил.: Гимнастические упражнения для детей разных возрастов; Подвижные игры; Стихи для танцев и хороводов.
94. Российский танцевальный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.idance.ru, свободный – (13.05.20).
95. Сила Безмолвия. Хореографам и танцорам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://vk.com/liga_sb, свободный – (13.05.20).
96. Слонимский, Ю. Чудесное было рядом / Ю. Слонимский. – М.: Искусство, 1984. – 365 с.

Приложение 1

Зачетная таблица мониторинга данных ОФП учащихся

№	Дата:								
	ФИ	Шпагат (см от пола)			Мостик(зачет/ незачет)		Стойка на руках (зачет/незачет)	Стойка на голове(зачет/незачет)	Колесо (зачет/незачет)
		Правый	Левый	Поперечный	С положения лежа	С положения стоя			

Приложение 2

Таблица по начальным навыкам хореографической подготовки.

№ п/п	ФИ ученика, возраст	Начальные хореографические навыки Дата:					
		Выворотность	Балетный шаг	Гибкость тела	Прыжок	Координация	Устойчивость
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							

Критерии подсчета результатов:

В – высокий;

С – средний;

Н – низкий.

Критерии определения уровня учащегося:

Выворотность. Для того, чтобы определить обладает ли ребенок выворотностью ног, его нужно поставить к станку в I позицию, придерживая туловище в вертикальном положении, далее попросить его глубоко присесть, постепенно оторвав пятки от пола так, чтобы бедра как можно больше раскрылись в стороны, то есть учащийся должен выполнить grand plie по I позиции. Во время исполнения этого упражнения, преподаватель может определить, легко ребенку дается это упражнение или нет. Имея неплохую природную выворотность ног оба колена должны легко раскрыться в стороны по линии надплечий, а тазобедренная часть и бедра образуют прямую линию с коленями. При недостаточной выворотность ног колени во время исполнения упражнения, широко не раскрываются, а уходят вперед, и не при каких усилиях не могут раскрыться.

Для того, чтобы провести дополнительную проверку выворотности, ребенка просят выполнить упражнение – «лягушка», оно выполняется, лежа на спине подтянув стопы к ягодицам, далее плавно в стороны раскрываются бедра, в этот момент важно проследить за тем, чтобы у выполняющего данное упражнение, не было прогиба в пояснице. Если ребенок с лёгкостью кладет колени на пол, то он обладает выворотностью в тазобедренных суставах. Выворотность ног в тазобедренном суставе так же можно определить при помощи еще одного упражнения у станка, встав в I позицию, боком к палке. Педагог приподнимает ногу подростка на 90 градусов в сторону и не спеша отводит ее назад, сохранив выворотное положение ноги. При отсутствии выворотности, пятка и нога при отводе их назад не сохраняют выворотности всей ноги.

В методических указаниях Барышниковой Т.К. указывается, что при определении выворотности ног следует обратить внимание:

1) на строение тазобедренного сустава – на степень податливости ноги, то есть на способность всей ноги (бедра, голени, стопы) занять выворотное положение;
2) на возможность развития выворотности ног исходя из наличия активной и пассивной выворотности ног;
3) на чрезмерное переразгибание в коленных суставах (резко выраженные Х образные ноги), что иногда обуславливается слабостью связочно-мышечного аппарата и отрицательно сказывается при занятиях хореографией.

Выворотное, или супированное, положение ног во время танца обеспечивает танцору возможность свободного выполнения движении. Выворотность ног способствует усовершенствованию максимальной подвижности ноги, а так же, помогает усовершенствовать танцевальную технику.

Балетный шаг. Для того, чтобы проверить наличие балетного шага ребенок встает боком к станку, держась за него одной рукой, или выводится на середину зала. Из I позиции ног (при правильном положении корпуса) работающую ногу в выворотном положении, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъемом, поднимают в сторону до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. После проверки величины пассивного (производимого с посторонней помощью) шага проверяется активный шаг (способность поднять ногу самому). Критерием в данном случае является высота, на которую ребенок может поднять ноги. Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Гибкость тела. Будущий танцор должен обладать гибкостью тела, так как это показатель пластичности танцора, придает танцу выразительность способствуя тем самым созданию сценического образа.

Гибкость тела определяется величиной прогиба назад и вперед. Татьяна Барышникова предлагает определить гибкость тела с помощью

следующего упражнения: «Ребенка ставят так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Затем ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно страхуют, придерживая за руки. Поскольку гибкость тела зависит от ряда слагаемых (подвижности суставов, главным образом тазобедренного, гибкость позвоночного столба, состояние мышц), следует обратить внимание на правильность прогиба в области верхних грудных и нижних поясничных позвонков.

Проверка гибкости вперед (проверка гибкости позвоночного столба и эластичности подколенных связок) производится также наклоном корпуса вниз при вытянутых ногах как стоя, так и в положении сидя на полу. Ребенок должен медленно наклонить корпус вперед (сильно вытянув позвоночник), стараясь достать корпусом (животом, грудью и головой) ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног. При хорошей гибкости корпус обычно свободно наклоняется вперед.

Гибкость корпуса зависит от гибкость позвоночного столба. Степень же подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей. Гибкость (или прогиб назад) должна быть в области нижних грудных и верхних поясничных позвонков. Наклон корпуса вперед и вниз совершается благодаря растяжению межпозвонковых дисков, в также икроножных, подколенных и тазобедренных мышц и связок».

Прыжок. Прыжок придает танцу необходимые для него качества: легкость, воздушность, полётность – и поэтому является его важной составной частью.

Проверяется высота прыжка, который выполняется при свободном положении ног с предварительным коротким приседанием. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Обращается внимание на эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. В момент прыжка требуется оттянуть пальцы ног вниз.

Барышникова обращает внимание на то, что: «Для прыжка важно качество, обозначаемое в хореографии словом ballon – умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить вовремя прыжка рисунок позы.

Высота прыжка зависит от силы мышц, согласованности работы всех частей тела, и, в частности, сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев, их подвижности.

При прыжке работающие мышцы в течение короткого времени сокращаются до максимума, при этом действуют две главные силы: сила отталкивания от опоры и сила тяжести тела. Поэтому высота прыжка находится в прямой зависимости от них. При этом необходимо, чтобы отдельные звенья тела в момент отделения его от опоры находились по отношению друг к другу в состоянии неподвижности».

Координация. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движении устойчивость. В книге «Азбука хореографии» координация подразделяется на три основных вида: нервную, мышечную и двигательную.

Татьяна Барышникова пишет: «Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппарата и других органов.

В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движении звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное)»

Устойчивость. Устойчивость в книге Барышниковой Т.К. рассматривается следующим образом.

Устойчивость – основная характеристика равновесия или апломба.

Стержень апломба – позвоночник, но важную роль для устойчивости играет нормальная работа вестибулярного аппарата, координация, общее хорошее физическое развитие и здоровая нервная система.

На устойчивость также влияет и проекция общего центра тяжести. Чем ближе к опоре центр тяжести тела и чем больше ее площадь, тем выше устойчивость тела.

Приложение 3

Задания для определения уровня творческих способностей

1. «Творческие задания». Творческие задания в танцах начинаются с простых импровизаций, различных переплясов и двигательных игр для детей. Темы с вариациями, дети определяют на слух уже знакомую мелодию, звучащую в нескольких вариантах. После прослушивания музыки предлагаю детям придумать на каждое изменение характера свое движение (плавный шаг, подскок, бег, ходьба). В среднем и старшем возрасте на занятиях детям предлагаются разнообразные творческие задания, которые решают задачи развития наблюдательности, фантазии, смелости публичного выступления. Эта деятельность способствует раскрытию их внутреннего мира, развивает образное мышление, приближает их к знаниям не только через разум, но и через чувства, эмоции. Выполняя доступные задания, воспитанники соотносят свои действия с действиями партнеров, ищут новые средства самовыражения. Педагог рассказывает сюжет (чаще всего сказочный), который лежит в основе задания. Затем включается музыка, и ребенок исполняет движения под музыку по собственному наитию. Здесь важна эмоциональная отзывчивость на музыку, точность в передаче определенных образов, деталей сюжета посредствам движений, мимики, пластики.

2. «Этюды». Творческие задания на движения называют этюдами (фр. - учение). Этюды могут быть сюжетными и несюжетными. Они могут быть групповыми и индивидуальными. В групповом этюде более свободно чувствуют себя малоактивные, застенчивые дети. Движения сверстников помогают им исправить ошибки, почувствовать уверенность в себе. В индивидуальном этюде ребёнок выполняет игровые действия самостоятельного. Он сам находит соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Индивидуально-творческий этюд позволяет увидеть степень развития ребёнка, его творческие способности, избежать заимствований. Сюжетные этюды можно разделить на следующие виды:

1) Динамические этюды: позволяют раскрыть какую-либо ситуацию, сюжет в развитии, например: «На лыжах», «Играем в снежки», «Собираем ягоды», «Хитрая лисичка» и т.п. В работе над созданием динамического этюда можно выделить несколько этапов:

- создание изобразительного образа: «Скачут зайчики», «Бежит лисичка»;
- создание изобразительного образа в контрасте: «Мишка спит», «Мишка собирает грибы»;
- создание выразительного образа: «Кошечка заболела», «Солнечный зайчик».

2) Статические этюды: легче всего дети создают и изображают образ по иллюстрации (картинке) с музыкальным оформлением: «Кукла спит», «Солдатик стоит», «Собачка отдыхает».
3) Позиционные этюды. Они дают возможность ребёнку самостоятельно придумать композицию, используя жизненный опыт в соответствии с возрастом: «Птичка сидит на ветке», «Солнышко улыбается». Для создания выразительного статического образа необходимо развивать мимику и общую пластику, а также координацию движений.
4) Переходные этюды из динамических в статические. Игра «Замри», «Море волнуется раз», «Одуванчики». По условиям игры виды движений чередуются. Этот тип сочетает в себе выразительные возможности динамических и статических этюдов. Для этого вида творческих заданий предпочтение отдаётся яркой изобразительной музыке.
5) Творческие этюды. К творческим относятся и специальные театральные игры для детей или творческие этюды. Это — маленький спектакль, в котором должно происходить определенное событие в предполагаемых ситуациях, обстоятельствах, условиях.

Задания для определения уровня творческих способностей

№	ФИ учащегося	Творческие задания	Этюды				
			Динамические этюды	Статические этюды	Позиционные этюды	Переходные этюды	Творческие этюды
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							

По каждому заданию выставляются баллы, где 5-максимальный бал, 1-минимальный

Приложение 4

Анкета входной диагностики для дистанционного режима

В данной анкете представлены открытые и закрытые вопросы. Открытые вопросы, которые не предполагают варианты, нужно написать полный ответ. Для закрытых вопросов – выбрать один из предложенных вариантов.

1. С какой целью Вы пришли в Объединение современного танца «Импульс»?

   _____

2. Занимались ли Вы уже танцами?
   - Да
   - Нет

3. Как долго Вы занимались хореографией и по какой причине перестали заниматься?

   _____

4. Какими видами танца владеете?

   _____

5. Какой уровень подготовки у вас?
   - Начинающий
   - Продолжающий
   - Профессиональный

6. Был ли у Вас опыт выступлений на сцене?
   - Да
   - Нет

7. Какие виды танца Вам наиболее интересны?

   _____

8. Какой вид деятельности для вас ближе?
   - Индивидуальный
   - Командный

9. Есть ли у вас ожидания от занятий или преподавания в нашем объединении?
_____

Приложение 5

№	Дата: 2018г								
	ФИ	Шпагат (см от пола)			Мостик(зачет/ незачет)		Стойка на руках (зачет/незачет)	Стойка на голове(зачет/незачет)	Колесо (зачет/незачет)
		Правый	Левый	Поперечный	С положения лежа	С положения стоя			
1	Алина	0	0	0	зач	зач	зач	зач	зач
2	Екатерина	7,5	10	9	зач	зач	зач	зач	зач
3	Виктория	0	0	0	зач	зач	зач	зач	зач
4	Арина	2	11	20	зач	незач	незач	незач	зач
№	Дата: 2019г								
	ФИ	Шпагат (см от пола)			Мостик(зачет/ незачет)		Стойка на руках (зачет/незачет)	Стойка на голове(зачет/незачет)	Колесо (зачет/незачет)
		Правый	Левый	Поперечный	С положения лежа	С положения стоя			
1	Алина	0	2	0	зач	зач	зач	зач	зач
2	Екатерина	0	0	5	зач	зач	зач	зач	зач
3	Виктория	0	0	0	зач	зач	зач	зач	зач
4	Арина	0	5	2	зач	незач	незач	зач	зач

Приложение 6

Рабочая программа воспитательной работы объединения «Импульс»

Аннотация

Движение, танец – по-моему, это гениально,
потому что это безграничная самореализация.
(Джуд Лоу)

Хореография – это культура движений, искусство самопрезентации в танце. Детям важно заниматься танцами. Данное увлечение помогает выработать чувство ритма, получить хорошую растяжку, обрести пластичность и гибкость, также способствует развитию творческого начала. Хореография для детей – это прежде всего приобретение уверенности в себе. В процессе ребенок реализует себя как личность, направляя свою энергию на саморазвитие. Таким образом, через программу воспитательной работы объединения «Импульс» ребенок получит возможность развить коммуникативные навыки, физическое и эстетическое воспитание.

Основные задачи воспитательной работы объединения – развитие взаимодействия в коллективе и также поддержание хорошей физической формы учащихся. Программа «Импульс» ориентирована в первую очередь на следующие направления воспитательной работы (в соответствии с «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»):

1. Физическое развитие и культура здоровья (здоровый образ жизни, познание своего тела);
2. Идейно-нравственное воспитание (привитие ценностей, традиций; укрепление чувства коллективизма; формирование иерархии уровней общения: ученик-педагог, ученик-ученик);
3. Культурно-творческое и эстетическое воспитание (приобщение к творчеству, постижение современного искусства);

Все виды воспитания реализуются комплексно. При реализации программы воспитания используются различные формы деятельности: беседы, игры, тренировки, мастер-классы, открытые занятия, концерты, конкурсы и фестивали. Мероприятия могут быть организованы не только педагогом, но и коллегами и внешними стейкхолдерами.

Основные методы, используемые в воспитательной работе:

1. Словесный (объяснение, беседа, обсуждение, инструкция);
2. Наглядный (показ, демонстрация,);
3. Практический (культура выступления);
4. Игровые (игры на сплочение команды).

Календарный план воспитательной работы составлен на один учебный год с учетом планов и мероприятий структурного подразделения «Фрегат» и Дом детского творчества «У Белого озера» (Таблица 1).

Таблица 1. Календарный план воспитательной работы

№	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок реализации	Организатор	Участники	Планируемый результат
1	Физическое развитие и культура	Спартакиада	Октябрь	Педагоги ДДТ «У	Весь состав	Воспитание здорового образа жизни

	здорового образа жизни			Белого озера»	объединения	
		Участие в конкурсах	В течение учебного года	Администрация города Томска, иногородние организаторы	Весь состав объединения	развитие конкурентоспособности у обучающихся
		Беседы на актуальные темы ЗОЖ	Во второй половине учебного года	Педагог	По желанию	Получение новых знаний на интересующую тему(например, о питании, правильных привычках)
2	Идейно-нравственное воспитание	Чаепития Встречи в неформальной обстановке	В течение учебного года	Педагог	Весь состав объединения	Сплочение коллектива
		День открытых дверей Новый год Майка	Сентябрь Декабрь Май	Педагоги СП «Фрегат»	Весь состав объединения	Формирование традиций
3	Культурно-творческое и эстетическое воспитание	Мастер-классы по изучению современных направлений в танце	В течение учебного года	Педагог	Обучающиеся 12-16 лет	Расширение кругозора в танцевальной сфере