

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 621  
Колпинского района Санкт-Петербурга

«Согласовано»  
Заведующий ОДОД  
 /Гопольник А.Е./  
«30» августа 2022г.

«Принято»  
педагогический совет  
Протокол № 4  
«30» августа 2022г.

«Утверждено»  
Директор школы  
 /Орлова Е.А./  
Приказ № 293  
«30» августа 2022г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
Танцевальный коллектив «Девчата»  
Возраст обучающихся: 7-13 лет  
Срок реализации 3 года

Разработчик:  
Кузнецова Татьяна Владимировна  
педагог дополнительного образования

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Актуальность, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная программа танцевальный коллектив «Девчата» составлена в соответствии с нормативными документами: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепция развития дополнительного образования в РФ, распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), «Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленные письмом Министерства культуры РФ от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ; с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Современный танец - это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец возник относительно недавно (в начале XX века), но успел довольно быстро развиться за это время. Современный танец можно условно разделить на *танец модерн* и *джазовый танец*, которые в свою очередь подразделяются на различные техники: модерн-техника М.Грэхем, Дж.Маллер, Х.Лимона, Д.Хэмфри, техника низкого полёта и др.; джаз - афро-джаз, фанки-джаз, стрит-джаз и др.

Современный танец - особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

*Педагогическая целесообразность* программы танцевальный коллектив «Девчата» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно - эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

**Актуальность** данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Танцевальный коллектив «Девчата» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В *социальном аспекте* обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Танцевальный коллектив «Девчата» способствует не только *сохранению и укреплению здоровья*, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др. Современный танец является одним из основных предметов хореографического отделения, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела - в этом его значение и значимость.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых стилей, в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства, заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

**Новизна программы** состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, афро-джаз танец, street jazz, flash dance, hip-hop.

В основе курса лежит изучение техник современного танца: джазмодерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизация, партнеринг.

Еще одной особенностью данного курса является *интеграция всего комплекса специальных дисциплин*: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику - предметы, которые изучаются на подготовительном отделении и в младших классах, затем - на классический и народно-сценический танец, в дальнейшем акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

Программа танцевального коллектива «Девчата» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

## **2. Цели и задачи программы**

**Цель программы** - формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

#### **Развивающие:**

- раскрыть и развить 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;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и

координационные способности обучающихся.

Воспитательные:

- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

## **1. Организационно-педагогические основы обучения**

### **3.1 Условия набора и формирования групп**

Стартовый набор учащихся (в 1 класс хореографического отделения) осуществляется на неконкурсной основе. Набор в коллектив проводится с учетом следующих требований: пластичность, музыкальность, способность уловить ритм, «живость» ног, выразительность, спортивность.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и последующих годов обучения. Также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

После освоения программы дети могут продолжить занятия в объединении для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков в концертной (ансамблевой) группе.

Программа рассчитана и на ребят, пришедших позже (добор в группы), без какой-либо специальной подготовки, которые раньше не выбрали себе занятия по душе, а к этому возрасту обрели желание танцевать. Главным определяющим фактором является желание ребенка, от него зависит и степень освоения материала.

Поскольку внутренний мир подростков в этом возрасте насыщен целым рядом психологических проблем, то ребятам предоставляется уникальная возможность их преодоления через пластику, актерские этюды, движенческие игры, сценические танцы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы - 7 - 13 лет.

Срок реализации образовательной программы - 3 года.

Уровень Программы - *базовый*.

Программа рассчитана на три *года обучения*.

- 1 год обучения - 144 часа,
- 2 год обучения - 180 часов,
- 3 год обучения – 180 часов,

За весь курс обучения -504 часа.

### 3.2 Формы и режим занятий

Учебно-тематический план программы рассчитан на 33 учебные недели с 1 сентября 2019 г. по 31 мая 2020г. с включением вне плана часов на проведение текущей, промежуточной и итоговой аттестации, консультации, подготовку к экзаменам и дополнительные индивидуальные репетиционные занятия и занятия с одаренными детьми.

Продолжительность занятия - **45 минут**, согласно СанПин 2.4.4.317214, утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 (нормы для занятий художественной направленности).

Занятия на первом и втором годах обучения и в классе проводятся 2 раз в неделю по 2 учебных часа (40 минут каждый уч. час), на третьем, четвертом годах обучения - 3 раза в неделю по 2-2,5 учебных часа.

*Режим занятий*

	I	II	III
Недельная нагрузка (час)	4	5	5

Форма организации деятельности детей - *групповая*, основная форма проведения занятий - урок.

Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
- в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы;
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.

В соответствии с технологическим регламентом, наполняемость групп 1 и 2 года обучения составляет 15-17 человек, последующий - 15 человек.

#### **Формы занятий:**

- учебное занятие
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах)
- творческая мастерская
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг
- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов и т.п.

### 3.3. Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

*Практические методы* применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

*Проблемно-поисковые методы обучения.* Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

*Методы эмоционального восприятия.* Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

### 3.4 Возрастные особенности учащихся

Возрастные особенности - это особенности присущие определенному периоду жизни, комплекс анатомо-физиологических и психологических качеств (познавательных, интеллектуальных, мотивационных и т.д.), характерных для большинства людей одного возраста.

Известно, что человек развивается в младенческом, дошкольном, младшем школьном возрасте. Развитие и формирование психики продолжается в отроческие и юношеские годы. Меняются формы и способы самоутверждения, самопознания, психологической самозащиты и т.п., однако каждая возрастная ступенька завершается появлением новых качеств - физических, физиологических, психологических и др.

В разные возрастные периоды ученики по-разному мыслят и чувствуют, различным образом действуют, находятся в разных отношениях с действительностью. Учет возрастных особенностей является основным критерием при определении учебной нагрузки.

На первом уровне (младшие классы, дети до 10 лет), его можно назвать информационным, учащиеся знакомятся с законами организации процесса подготовки танцовщика. Второй уровень (средние классы, 11-12 лет) - аналитический - заключается в осмыслении ими получаемых на уроках современного танца знаний, навыков, умений. Третий уровень (старшие классы) - эвристический - характеризуется творческим началом, поиском, а главное - пониманием выполняемой работы.

Для выбора учебного материала или характера работы на конкретный урок необходимо помнить о том, что процессы восприятия во многом зависят от различных факторов: индивидуальных особенностей ребенка, его общего и музыкального развития, жизненного опыта, интересов, склонностей, типа высшей нервной деятельности, от социального окружения, а также физической подготовки.

*Младший школьный возраст (от 7 до 9 лет)* - это особый период в жизни ребенка. В этот период происходит активное *анатомофизиологическое* созревание организма. Изменения нервной системы закладывают основу для нового этапа умственного развития ребенка. Возрастает подвижность нервных процессов, отмечается равновесие процессов возбуждения и торможения, хотя процессы возбуждения преобладают, что определяет такие характерные особенности младших школьников как непоседливость, повышенная эмоциональная

возбудимость и т.п.

Из особенностей анатомо-физиологического созревания заслуживают внимания следующие моменты: развитие крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому дети лучше выполняют сравнительно сильные и размашистые движения, чем те, которые требуют точности. Важно также иметь в виду неравномерность анатомо-физиологического созревания детей.

Взросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, и в целом для детей остается характерной высокая утомляемость. Все это необходимо специально учитывать, имея в виду и уже упоминавшуюся повышенную эмоциональную возбудимость.

*Мышление* приобретает теоретический характер. Ребенок учится мыслить научными понятиями, которые в подростковом возрасте становятся основой мышления, сталкивается с музыкальными терминами и понятиями средств музыкальной выразительности. В области *восприятия* происходит переход от произвольного к целенаправленному произвольному наблюдению за музыкально-художественным объектом, подчиняющемся определенной задаче. *Память* приобретает ярко выраженный характер. Идет интенсивное формирование приемов запоминания. Учитель должен уметь руководить *приемами запоминания и воспроизведения* для того, чтобы процесс обучения и воспитания имел положительные результаты танцевальной деятельности.

**Возраст 10-11 лет.** Это самый трудный и самый интересный возраст и для учащегося, и для педагога. Продолжается формирование организма. Происходит процесс осознания себя как личности. Дети начинают ценить в людях волевые качества, ум, характер, независимость. Но это и период психологической неуравновешенности: резкая смена настроения, переход от экзальтации к депрессии и наоборот, нарастание общего возбуждения, и ослабление всех видов условного торможения. Это наиболее трудный возраст эмоционального развития, повышенной тревожности. Тревожность проявляется в двигательном беспокойстве (сжимание рук, покусывание губ), в эмоциональном внутреннем возбуждении (слезы, сердцебиение), в состоянии напряжения (скованность, мышечная зажатость).

Дети 10 лет наиболее активны на занятиях и еще не утратили той детской непосредственности, которая так выгодно отличает их от подростков. Однако они уже приобрели много знаний, у них развивается чувство коллективизма. Опыт работы показывает, что основу коллектива должны составлять дети именно этого возраста. Ребята занимаются с любовью и увлечением.

**Возраст 11-13 лет.** Занятия с учащимися средних классов имеют сложную систему организации, это связано с изменениями физиологических процессов организма в подростковом возрасте. Учебный процесс предполагает более сложную систему развития исполнительских навыков. Большое внимание уделяется повторению и закреплению материала.

В этом возрасте происходит переоценка сил, стремление выделиться, но и стремление к анализу и самоконтролю. Это возраст, когда закладывается отношение к трудолюбию. От педагога требуется особое внимание, осторожность при постановке задач перед детьми: не подчеркивать значение результата, не ориентировать на высокие достижения, но и не сомневаться в возможностях ребенка сделать задание хорошо.

С 10-11 лет интенсивно развивается сила мышц. К 12 годам дети становятся выносливыми к динамической работе, т.е. способными поддерживать постоянный уровень мышечного напряжения. Педагогу необходимо выявлять, поддерживать и направлять стремления, увлечения подростков, воспитывать привычку к волевым усилиям - настойчивость, выдержку, уверенность, - давая посильные задания.

Организация урока принимает более профессиональную форму. Экзерсис (тренаж) выполняет функцию разминки и сокращается до 15-20 минут, остальное время урока используется на танцевальные композиции, этюды, работу над мастерством исполнения.

Подростки (школьники 6-8 классов) больше отличаются друг от друга, чем дети других

возрастов; их рост, физическое и умственное развитие различны. Этот возраст самый трудный для работы в танцевальном коллективе, и весьма невыгодный с точки зрения творчества. Дети растут, формируются, их фигуры теряют пропорциональность, движения становятся угловатыми. Для учащихся 6-8 классов следует находить особые формы занятий в хореографических коллективах.

Тематика постановок для таких детей несколько видоизменяется в сторону большей серьезности, значительности, как по содержанию, так и по технике. Дети такого возраста охотно исполняют роли взрослых в массовых постановках для детей младшего возраста.

В тематике постановок для детей-подростков необходимо предусматривать парные танцы, воспитывающие естественное уважительное отношение мальчика к девочке, и наоборот.

В старших классах больше времени уделяется подготовке учащихся к сценической практике. В этот период они учатся применять полученные знания, умения, навыки на практике, т.е. показывать полученные в процессе учебы результаты зрительской аудитории.

Для контроля психолого-педагогического аспекта и для успешной реализации данной программы используются различные методы диагностики (тесты, опросники, игровые моменты), которые можно найти в разделе «Психолого-педагогическая диагностика».

### 3.5 Прогнозируемые результаты

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

- **предметным**, фиксирующим *предметные и метапредметные* (общеучебные) знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;
- **личностным**, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении.

(см. Приложение 1 «Мониторинг результатов обучения в рамках реализации программы»).

#### **Предметные результаты:**

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца (contemporary, hip-hop, афро-джаз и др.);
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;

- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

**Метапредметные (общеучебные) результаты** обучения будут охарактеризованы: повышением уровня культурного развития личности, развитием учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации); высокой степенью развития коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

**Личностные результаты** будут охарактеризованы: проявлением трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости; навыками самооценки; ответственностью за собственный и коллективный результат; способностью справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

В конце *первого года обучения* учащиеся будут:

- знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
- знать основные положения рук;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений.

В конце *второго года обучения* учащиеся будут:

- знать трансформацию движений классического экзерсиса в современном танце;
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;
- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца;
- выполнять различные виды кросса и гимнастические элементы.

В конце *третьего года обучения* учащиеся будут:

- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнения для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

В ходе реализации программы подростки расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

### **3.5 Формы подведения итогов качества реализации программы**

Программа «Современный танец» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- аттестационный открытый урок (класс-концерт);
- контрольные уроки по полугодиям (зачет);
- экзамен;

- тестирование;
  - сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).
- Текущий контроль успеваемости учащихся, промежуточная и итоговая аттестация, консультации, подготовка к экзаменам, дополнительные индивидуальные репетиционные занятия и занятия с одаренными детьми проводятся вне аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Текущий контроль по полугодиям проводится в форме контрольных занятий и зачетов. Промежуточная аттестация по итогам года проводится в форме класс-концертов. Итоговая аттестация по завершению обучения проводится в форме экзаменационного класс-концерта.

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

*(см. Приложение 1 «Мониторинг результатов обучения в рамках реализации программы»).*

## II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Структура урока

Урок современного танца состоит из следующих этапов:

#### 1. *Разогрев*

Главная задача этого этапа урока - разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис *рHe, tends, jets* и т.д., а также наклоны и повороты торса.

#### 2. *Isolation* (изолированные движения какой-либо частью тела)

Основная цель этого этапа урока - добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

3. *Упражнения для позвоночника: release* (расширение, распространение), *сопйаейош* (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали. Основой техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока - развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

#### 4. *Уровни*

Задачи уровней во время уроков многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стрейч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на *Contraction* и *Release*. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию.

5. *Кросс* (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

6. *Усложненная координация* (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении). Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно распределить правильно внимание между движениями двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, а все внимание уделяется движению другого центра.

7. *Танцевальные комбинации или импровизация: лирического и динамического характера.*

Главные требования этой части - использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

### Учебно-тематический план и содержание программы ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	История развития современного танца. Основные направления современного танца	1	1	
2.	<i>Изучение параллельных позиций ног</i>	Вторая и четвертая позиции	6	1	5
3.	<i>Изучение положений рук</i>	Положение рук в танце модерн (на галии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	8	4	4

4.	<i>Основные положения корпуса</i>	Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	8	2	6
5.	<i>Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения</i>	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч.	4		4
		Движение грудной клеткой - диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание. Curve (керф) - изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.	4		4
		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса	4		4
6.	<i>Координация изолированных центров</i>	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	8	1	7
7.	<i>Построение и разучивание риса на середине зала</i>	Plie с различными движениями рук	4	-	4
		Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве)	8		8
		Rond de jamb par terre с «противоходом» рук	4	-	4
		Grand Battement Jete (45, 90, 180)	4	-	4
8.	<i>Упражнения для позвоночника</i>	Твист и спирали торса	4	1	3
		High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны)	4	-	4
9.	<i>Элементы гимнастики</i>	Мостик Стойка на руках Колесо Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание пресса	12		12

10.	<i>Кросс</i>	Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	4	1	3
11.	<i>Уровни (верхний, средний, нижний)</i>	Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа) Игра «Фотоальбом»	8		8
12.	<i>Партерные перекаты (транзишен)</i>	Изучение техники исполнения движений партера - Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика) - Поза «зародыша» - Прямые повороты на полу (бревно) - Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо	8	1	7
13.	<i>Импровизация</i>	Расслабление, исследование своего тела, бодиворк Дыхание (каждое движение построено на дыхании)	4	1	3
		Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка.) Импровизация / «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение - состояние - явление - образ-отклик тела.» Импровизация с музыкой, ритмом	8	2	6
		Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов	8	2	6
		Контактная импровизация, контакт (эпюд «продолжи движение в дуэте»)	8	2	6
14.	<i>Танцевальные комбинации</i>	Составление танцевальных	12	2	10

		комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации			
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	<b>Всего:</b>		<b>144</b>	<b>21</b>	<b>123</b>

**Учебно-тематический план и содержание программы  
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	Повторение материала, пройденного ранее: Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up и т.д.	8		8
2.	<i>Разогрев с использованием уровней</i>	Твисты и спирали торса в положении сидя	8	1	7
		Упражнения на contraction и release в положении сидя	8	-	8
		Упражнения стрейч-характера в различных положениях	8	-	8
3.	<i>Экзерсис на середине зала</i>	Plie с различными движениями рук	8	-	8
			8		8
		Battement tendu et Battement tendu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions)			
		Rond de jamb par terre с подготовкой к турам	8		8
		Battement fondu во всех направлениях	8	-	8
		Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям	6	-	6
		Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка	6	-	6
4.	<i>Работа над комплексами изоляций</i>	Голова: соединение движений с другими центрами	5	-	5
		Плечи: соединение с движениями других центров	6	-	6
		Грудная клетка в сочетании с различными движениями	4	-	4
		Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений	6	-	6
		Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release)	8		8

5.	<i>Упражнения позвоночника</i>	для Flat back вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию Bodi-roll (волны: вперед, назад, боковая) Arch - округление позвоночника в пояснично-грудном отделе	6		6
6.	<i>Партерные перекаты</i>	Партерные перекаты и упражнения Перекаты через одно плечо Транзишен по полу	8	2	6
7.	<i>Элементы гимнастики</i>	Перевороты вперед, назад Колесо на одной руке Силовые и упражнения стрейч- характера	6		6
8.	<i>Кросс</i>	Комбинации шагов + Kick (пинок) Прыжки Техника вращения	9		9
9.	<i>Импровизация</i>	Дыхание (каждое движение построено на дыхании) Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разно- ритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение - состояние - явление - образ-отклик тела...»	10	2	8
		Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой	10		10
		Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела	12	4	8
		Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием	14		14

		импровизации			
--	--	--------------	--	--	--

	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета			-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта			-
	<b>Всего:</b>		<b>180</b>	<b>9</b>	<b>171</b>

**Учебно-тематический план и содержание программы  
ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	Повторение пройденного материала	3	1	2
2.	<i>Экзерсис на середине зала</i>	Plie в сочетании с contraction и release	5	1	4
		Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos)	5	1	4
		Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром)	6		6
		Battement fondu во всех направлениях	6		6
		Grand Battement Jete Адажио	8	2	6
3.	<i>Комплексы изоляций</i>	Голова: sundari-квадрат и sundari- круг Плечи: разно ритмические комбинации	6		6
		Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости	6		6
4.	<i>Партер (техника низкого полета)</i>	Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliase	6	2	4
		Спирали	8	2	6
		Виды поворотов на полу	9	-	9
		Построение и разучивание комбинаций в партере	9	-	9
5.	<i>Элементы гимнастики</i>	Силовые и упражнения стрейч - характера	6	-	6
		Перевороты (с одной ногой)	10	1	9
6.	<i>Кросс</i>	Комбинации прыжков	10	2	8
		Вращение как способ перемещения в пространстве	6	-	6
		Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360°	6	1	5

		Комбинации шагов, соединенных с вращениями	6	-	6
7.	<b>Импровизация</b>	Изучение техники параллель и оппозиция Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение - состояние - явление - образ-отклик тела...»)	15	3	12
		Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений» - «Порядок входа в танец и его продолжительность»	15	3	12
		Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды	15	5	10
8.	<b>Изучение техники движений танца хип-хоп</b>	Положение корпуса, пружина, качь	2	-	2
		Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис)	4		4
		Комбинации шагов. Танцевальные комбинации Хопа	8	-	8
	<b>Текущий контроль</b>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<b>Промежуточная аттестация</b>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	<b>Всего:</b>		<b>180</b>	<b>24</b>	<b>156</b>

#### IV. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

##### 1. Воспитательная работа

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети - педагог - родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов

положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие - повышается качество образовательного процесса.

Посещение спектаклей, концертов танцевальных коллективов в филармонии, на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов шедевров классического наследия. Беседы по хореографии. Проведение дней именинников. Встречи с выпускниками. Совместное с родителями празднование Нового года и 8 Марта.

## **2. Психолого-педагогическая диагностика**

Психолого-педагогическая диагностика - неотъемлемая часть педагогической психологии, инструмент целесообразной профессиональной деятельности педагогов, работающих в системе развивающего обучения. Она позволяет педагогу не только научно обоснованно определять тактику развития хореографических способностей ребенка, но и видеть их место в построении стратегии общего развития личности. Безусловно, использование диагностических методов в педагогической практике требует хорошей психологической подготовки специалиста.

В рамках программы регулярно используются различные методы психолого-педагогической диагностики, направленные на изучение общих и специальных интересов и склонностей учащихся, их мотивации и заинтересованности в предмете, степени удовлетворенности от получаемых знаний и уровня комфортности окружающей среды.

Регулярно проводится тестирование на предмет выявления успеваемости учащихся, развития познавательного интереса, эрудиции в целом. Также регулярными являются и анкетирования родителей учащихся с целью выявления уровня удовлетворенности обучением, выяснения качества отношений и системы ценностей в семье, их понимания и взаимодействия с ребенком.

Используемые диагностические методики:

- методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.;
- методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;
- тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.;
- рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка;
- тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта»;
- игра-тест на проявление интеллектуальной познавательной активности детей;
- тест на определение специальных знаний и умений;
- анкетирования удовлетворенности детей и родителей и т.п.

## **3. Методическое обеспечение**

- Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.
- Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.
- Специальные журналы по хореографии «Балет и Танец» для учащихся.
- Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

## **4. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;

- Наличие танцевальных костюмов.

## V. Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - М.: Айрис, 2001.
2. Баскаков В. Свободное тело. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. - Самара: НТЦ, 2003.
4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. - М.: Emergency Exit., 2005.
5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. - Ростов на Дону: Феникс, 2005.
6. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. - М.: Лабиринт, 1997.
7. Выготский Л. Педагогическая психология. - М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
9. Гренлонд Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. - СПб.: Речь, 2014.
10. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. - Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
11. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов- хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. - СПб.: СПбГУП, 2006.
12. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. - М.: МГУ, 1985.
13. Диниц Е.В. Джазовые танцы. - М.: АСТ, 2010.
14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. - Л.: Искусство, 1975.
15. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. - Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). - Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
17. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. - М., 1999.
18. Захаров Р. Сочинение танца. - М.: Искусство, 1989.
19. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. - М.: Советский спорт, 1990.
20. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. - М.: Физкультура и спорт. - 1985.
21. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. - Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
22. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. - Челябинск: ЧГАКИ. - 1997.
23. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. - Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
24. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. - СПб.: Речь, 2016.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М.: Гном-Пресс, 2000.
26. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. - М.: Искусство, 2001.
27. Коркин В. П., Аракчеев В. И. Акробатика. - М.: Физкультура и спорт, 1989.
28. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. - Л., Искусство, 1968
29. Латиноамериканские танцы/ Авт.-сост. О.В. Иванникова. - М.: АСТ, 2003.
30. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. - М.: Терра-спорт, 2001.
31. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001.

32. Лисицкая Т. Ритм + пластика. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
33. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. - Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
34. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы. World dance. - 2006. - № 5. - С.16-21.
35. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. - М.: Искусство, 1990.
36. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М.: Академия. - 2000.
37. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. - М.: Алетейа 2000.
38. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. - М.: Один из лучших, 2010.
39. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во ГИТИС, 2000.
40. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. - Я вхожу в мир искусств. - 1998. - №4.
41. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания - М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002.
42. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. - М.: Всерос. театр. об-во, 1984.
43. Панферов В.И. Пластика современного танца. - Челябинск: ЧГИИК, 1996.
44. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. - М.: Просвещение, 2006.
45. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. - Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
46. Пидкасистый П.И. Педагогика. - М.: Педагогическое общество России. - 1998.
47. Полятков С.С. Основы современного танца. - М.:Феникс, 2009.
48. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.- М.: Владос, 2003.
49. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 1989.
50. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка - Пресс, 2016.
51. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. - Екатеринбург: Изд- во госуниверситета, 2004.
52. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. - М.: Новая школа, 1994.
53. Томилин Д.В. Джаз-модерн: обучение. -
- [http://www.vavilova2.ru/iazz\\_modem.php](http://www.vavilova2.ru/iazz_modem.php)
54. Уральская В.И. Рождение танца. - М.: Советская Россия, 1982.
55. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. - М.: АСТ : Астрель, 2009.
56. Федорова Л. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции. - М.: Наука, 1987.
57. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2001.
58. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. - СПб.: Союз, 2007.
59. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. - М.: Один из лучших, 2010.
60. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. - СПб: Речь, 2003.
61. <https://kopilkaurokov.ru>
62. <https://vk.com/dancerussia>
63. <https://vk.com/dancederevnva>

Приложение 1

**МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ** в рамках реализации программы  
«Современный танец»

**МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА**

Таблица 1

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
--	----------	---	------------------	-----------------------

**1. Теоретическая подготовка**

Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям

Осмысленность и правильность использования специальной терминологии

Минимальный уровень - ребёнок овладел менее, чем V объёма знаний, предусмотренных программой	1
Средний уровень - объём усвоенных знаний составляет более V.	5
Максимальный уровень - освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	10
Минимальный уровень - ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины	1
Средний уровень - сочетает специальную терминологию с бытовой	5
Максимальный уровень - специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	10

Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.

Собеседование

1.1 Теоретические знания по программе:

- а) основные сведения по истории современного танца
- б) основные стили и жанры современной хореографии
- в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности
- г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп
- д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз

1.2. Владение специальной терминологией

## 2. Практическая подготовка

2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой:	Соответствие практических умений и навыков	Минимальный уровень 1 - ребенок овладел менее, чем V предусмотренных		
а) освоение положений рук в танце модерн	программным требованиям	умений и навыков		
б) освоение выворотных и параллельных позиции ног		Средний уровень - объем усвоенных умений и навыков	5	
в) владение приемами координации		составляет более		
г) владение приемами изоляции				
д) выполнение различных видов кросса		Максимальный уровень - овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период.	10	
е) выполнение гимнастических элементов				
ж) выполнение упражнений для развития позвоночника				
з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в эжзерсисе на середине зала и у станка				
и) владение техниками исполнения движений партера				
к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция				
л) владение техникой контактной импровизации				
м) владение техникой исполнения движений в манере танца хип-хоп				
н) владение техникой исполнения движений в манере танца афро-джаз				
2.2. Творческие навыки:	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности - ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1	Контрольное задание
а) владение навыками музыкальнопластического интонирования;				
б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;				
в) определение средств музыкальной выразительности				

<p>в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;</p> <p>г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;</p> <p>д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;</p> <p>е) владение навыками сценической практики.</p>	<p>Репродуктивный уровень - в основном выполняет задания на основе образца</p>	5	
	<p>Творческий уровень - выполняет практические задания с элементами творчества.</p>	-10	

### 3. Общеучебные (метапредметные) умения и навыки

#### 3.1. Учебно - интеллектуальные умения:

3.1.1 Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в выборе и анализе литературы	<p>Минимальный уровень умений - ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе со специальной литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.</p>	1	Анализ исследовательской работы
		<p>Средний уровень - работает со специальной литературой с помощью педагога или родителей.</p>	5	
		<p>Максимальный уровень - работает со специальной литературой самостоятельно, не испытывает</p>	10	

		особых трудностей.		
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными и источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации	<p>Минимальный уровень умений - ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.</p>	-1	Анализ исследовательской работы
		<p>Средний уровень - работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога или родителей.</p>	5	
		<p>Максимальный уровень - работает с компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей.</p>	-10	

3.2. Учебно - коммуникативные умения:				
3.2.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень - ребенок воспринимает лишь V объема информации идущей от педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень - ребенок воспринимает практически весь объем информации идущей от педагога, однако зачастую не способен правильно применить ее на практике	5	
		Максимальный уровень - ребенок воспринимает весь объем информации идущей от педагога, способен проанализировать и применить ее на практике	10	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной танцевальной лексики в ситуации сценического выступления	Минимальный уровень умений. Не стремится передать заданный образ, «комплексует» при общем показе	1	Наблюдение
		Средний уровень. Выполняет танцевальные элементы с достаточной свободой и точностью, но без яркого образного содержания.	5	
		Максимальный уровень. Творчески подходит к выступлению, точно передает образ и концепцию танца, с натуральностью и индивидуальной неповторимостью.	10	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки:				
3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно организовывать своё рабочее пространство (и убирать его собой)	Минимальный уровень умений - ребёнок организывает своё рабочее пространство исключительно по просьбе педагога.	1	Наблюдение
		Средний уровень - ребёнок формально подходит к процессу организации рабочего пространства: организует его исключительно по образцу и как правило забывает убирать за собой.	5	

			10	
		Максимальный уровень - ребёнок самостоятельно организует своё рабочее пространство, проявляет творческий подход.		
3.3.2 Навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень умений - техника безопасности соблюдается при условии напоминания педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень - техника безопасности соблюдается частично, в ряде случаев необходимо напоминание педагога	5	
		Максимальный уровень техника безопасности соблюдается всегда и при любых условиях	10	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень - для аккуратного выполнения работы требуется побуждения со стороны педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень - ребенок выполняет работу аккуратно, но не с первого раза	5	
		Максимальный уровень - любой вид деятельности выполняется аккуратно и с полной отдачей	10	

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ** по  
дополнительной образовательной программе «Современный танец»

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст ребёнка \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Показатели	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения	
	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года
	<i>1.1 Теоретические знания:</i>					
а) основные сведения по истории современного танца						
б) основные стили современной хореографии						
в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности						
г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп						
д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз						
<i>1.2. Владение специальной терминологией</i>						
а) освоение положений рук в танце модерн						
б) освоение выворотных и параллельных позиции ног						
в) владение приёмами координации						
г) владение приёмами изоляции						
д) выполнение различных видов кросса						
е) выполнение гимнастических элементов						
ж) выполнение упражнений для развития позвоночника						
з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станка						
и) владение техниками						

исполнения движений партера						
к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция						
л) владение техникой контактной импровизации						
м) владение техникой исполнения движений в манере ганца хип-хоп						
н) владение техникой исполнения движений в манере ганца афро-джаз						
<i>2.3. Творческие навыки:</i>						
а) владение навыками музыкально-пластического интонирования;						
б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;						
в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкальнодвигательного образа;						
г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;						
д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;						
е) владение навыками сценической практики.						
а) подбирать и анализировать специальную литературу;						
б) пользоваться компьютерными источниками информации.						
а) слушать и слышать педагога;						
б) выступать перед аудиторией.						
а) умение организовать своё рабочее (учебное) место;						

б) навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке;						
в) умение аккуратно выполнять работу.						
4.1. На уровне детского объединения						
4.2. На уровне образовательного учреждения						
4.3. На уровне района, города						
4.4. На всероссийском уровне						
4.5 На международном уровне						

## Схема самооценки учебных достижений учащегося

Тема, раздел	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне надо работать?

## МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА

Таблица 4.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
<b>1. Организационно-волевые качества</b>				
1.1. Терпение (выносливость)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия	1	Наблюдение
		Более, чем на 0,5 занятия	5	
		На всё занятие	10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребёнка побуждаются извне	1	Наблюдение
		Иногда - самим ребёнком	5	
		Всегда - самим ребёнком	10	
1.3. Самоконтроль (самодисциплина)	Умение контролировать свои поступки (приводить к своему должному действию)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля	1	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	5	
		Постоянно контролирует себя сам	10	
<b>2. Ориентационные качества</b>				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Завышенная	1	Анкетирование
		Заниженная	5	
		Нормально развитая	10	
2.2. Интерес к занятиям в детском	Осознанное участие ребёнка в освоении	Продиктован ребёнку	1	Тестирование

объединении	образовательной программы	Периодически поддерживается самим ребёнком	5	
		Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	10	
<b>3. Поведенческие качества</b>				
3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определённую позицию конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	5	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	10	
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЕТА ДИНАМИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩЕГОСЯ

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребёнка \_

Возраст ребёнка \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

#### Показатели

	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения	
	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года
<b>1. Организационно-волевые качества</b>						
1. Терпение (выносливость)						
2. Воля						
3. Самоконтроль						
<b>2. Ориентационные качества</b>						
1. Самооценка						
2. Интерес к занятиям в детском объединении						
<b>3. Поведенческие качества</b>						
1. Конфликтность						
2. Тип сотрудничества						
<b>4. Личностные достижения обучающегося</b> (особые успехи ребёнка в осознанной работе над изменением личностных качеств)						

## СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

A la SECONDE [а ля згонд] - положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.

ARCH [атч] - арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] - положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] - поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90°, положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] - вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] - движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] - движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян] - плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю] - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце исполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] - отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] - в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».

BODY ROLL [боди ролл] - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»). BOUNCE [баунс] - трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] - скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп ] - шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] - сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты] - «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] - быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] - изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] - наклон вперед торсом ниже 90°сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] - сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] - полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEVELOPPE [деveloppe] - разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] - падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] - последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] - направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHOR [ан деор] - направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэт бэк] - наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP [флэт стэп] - шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] - сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] - мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрэг-позишн] - позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] - бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND PLIE [гран плие] - полное приседание.

HIGH RELEASE [хай релиз] - высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] - подъем бедра вверх.

HOP [хоп] - шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] - положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] - положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] - движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним - шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] - позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] - прыжок на двух ногах.

KICK [кик] - бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом developpe.

LAY OUT [лэй аут] - положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LOCOMOTOR [локомотор] - круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] - округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] - вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PASSE [пассе] - проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45° или 90°.

PETIT BATTEMENT [пти батман] - в классическом танце - маленький прыжок.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями. POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] - движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] - позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] - расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

RELEVÉ [релеве] - подъем на полупальцы.

ROLL DOWN [ролл даун] - спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] - обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] - круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve).

SHIMMI [шимми] - спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] - боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] - боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] - поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] - связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step.pa-de-burre.).

SUNDARI [зундари] - движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] - положение вытянутой ступни работающей ноги на шиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ - раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] - резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] - угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

TOMBE [томбе] - падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] - туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.