



Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
протокол № 3

УТВЕРЖДЕНА
приказом № 35 от 11 июня 2025 г.
Директор ГБУ ДО ДЮТЦ «ВО»

Дополнительная общеразвивающая программа

«Хореография. Горизонты»

Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 5-6 лет

Разработчики: **Кувшинская Снежана Викторовна,**
Каргина Виктория Андреевна,
педагоги дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография. Горизонты» (далее Программа) имеет **художественную** направленность.

Программа разработана в соответствии с актуальными документами в сфере образования Российской Федерации, Комитета по образованию Санкт-Петербурга.

Адресат Программы.

Программа ориентирована на детей 5 - 6 лет, желающих заниматься хореографией, независимо от уровня способностей и не имеющих ограничений по здоровью.

Актуальность Программы

Актуальность обусловлена повышенной потребностью современных детей в двигательной активности. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус ребенка.

Занятия хореографией вырабатывает в детях стремление к познанию прекрасного мира танца, что позволяет раскрывать творческие способности детей: техничное исполнение хореографического материала, создание собственных номеров – импровизаций.

Занятия хореографией объединяют детей, формируют навыки общения в коллективе, воспитывают доброжелательность, чувство взаимопомощи, прививают манеры поведения в обществе, закладывают основы этикета.

Уровень освоения Программы – общекультурный.

Объём и срок освоения Программы

Срок освоения – 1 год.

Общее количество часов – 64.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утверждёнными СанПин 2.4.3648-20.

Цель программы - Формирование у дошкольников стойкого интереса к хореографическому искусству и развитие художественно-творческих способностей средствами танца.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать основы хореографической культуры детей;
- сформировать представления о хореографии, ее стилях и жанрах;
- познакомить с хореографической терминологией;
- сформировать начальные навыки и умения танцевального исполнительства;
- научить основам хореографии с элементами свободной пластики.

Развивающие:

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развитие элементарных пространственных представлений, ориентации в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;
- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- развитие навыков снятия мышечных «зажимов» и психологического процесса торможения средствами танца, выработка баланса в системе «возбуждение-торможение».

Воспитательные:

- воспитать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- воспитать необходимые для хореографии качества: выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие, силу воли и упорство в достижение поставленных целей.
- сформировать навыки коммуникативного межличностного общения («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-коллектив»).

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

- развитие эмоционально-волевых качеств и коммуникативных навыков, способствующих социальной самореализации ребенка;
- развитие коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- формирование способности формулировать собственное мнение и позицию;
- формирование основ самоконтроля, самооценки;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

Метапредметные результаты

- развитие и укрепление физических данных (гибкость, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, прыжок, осанка);
- развитие координации: нервной, мышечной, двигательной, музыкально-ритмической;
- развитие эмоциональной выразительности;
- развитие образного и ассоциативного мышления, фантазии и творческого воображения, эмоционально-ценностного отношения к явлениям жизни и искусства на основе восприятия и анализа художественных образов;

Предметные результаты

- владение упражнениями игровой партерной гимнастики
- знание правил исполнения упражнений партерной гимнастики и танцевальных движений (подскоки, галоп, шаг с носка)
- владение основами музыкальной грамоты
- владение основами ритмики, умение точно «прохлопывать» основной метроритмический рисунок музыки.
- способность реализации собственных творческих замыслов в хореографической импровизации.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы

Реализация Программы осуществляется на государственном языке Российской Федерации – русском.

Форма обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса.

В процессе обучения большое внимание уделяется дифференцированному подходу к детям с учётом их возраста, творческих способностей, физических данных, степени восприятия и усвоения материала.

Условия приёма на обучение

В группу принимаются девочки и мальчики 5 - 6 лет. Набор детей в группу осуществляется на основании результатов входной диагностики хореографических способностей (просмотр) и предварительного индивидуального собеседования с целью ознакомления с интересами и потребностями детей, выявления мотивов их выбора и характера заинтересованности в занятиях. Для зачисления необходимо предоставить справку от врача, что противопоказаний к занятиям хореографией нет.

Условия формирования групп

Группа считается набранной, когда в ней есть 6 учащихся. Максимальное количество учащихся 15 человек.

Формы организации занятий

Форма организации занятий – групповая. Программой предусмотрены аудиторные занятия в пределах учебного класса под непосредственным руководством педагога.

Формы проведения занятий:

- практическая работа
- мастер-классы
- занятие-конкурс
- тренинг

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

Условия реализации программы.

В группу принимаются девочки и мальчики.

По результатам просмотра дети, не имеющие предварительную хореографическую подготовку, необходимый уровень развития хореографических способностей и навыков, могут быть зачислены в группу 2-го и 3-го года обучения.

Наполняемость учебных групп:

Группа считается набранной, когда в ней есть 6 учащихся. Максимальное количество учащихся 16 человек.

Уровень программных требований может быть уменьшен или расширен в зависимости от интересов и возможностей учащихся.

Принципы реализации программы:

- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности - природосообразности ребёнка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Формы организации деятельности на занятиях:

– групповая;

Формы занятий:

- Практическая работа
- Мастер-классы
- Занятие-конкурс
- Тренинг

Используемые на занятиях педагогические технологии:

- личностно-ориентированное обучение;
- технология сотрудничества;
- развивающее обучение;
- игровые технологии;
- здоровье сберегающее обучение;
- арт-технология;

Методы и приемы обучения:

Словесные:

- рассказ
- объяснение
- инструкция
- беседа
- анализ и обсуждение
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения
- прием раскладки хореографического па
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации
- прием словесной репрезентации образа хореографического движения

Наглядный:

- Образный показ педагога
- Эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем
- Прием тактильно-мышечной наглядности
- Наглядно-слуховой прием
- Демонстрация эмоционально-мимических навыков
- Использование наглядных пособий

Практический:

- игровой прием
- детское «сотворчество»
- соревновательность
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор
- выработка динамических стереотипов (повторяемости и повторности однотипных движений)
- фиксация отдельных этапов хореографического движения
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений
- прием пространственной ориентации
- развитие основных пластических линий
- музыкальное сопровождение танца как методический прием
- хореографическая импровизация

Кадровое и материально-техническое обеспечение программы.

Кадровое обеспечение:

- ✓ *Педагог дополнительного образования*, владеющий следующими профессиональными и личностными качествами.
- ✓ *Концертмейстер*, обладает специальным музыкальным образованием, владеет импровизацией

Техническое и материальное обеспечение:

- хореографический зал со специальным напольным покрытием, зеркалами, станками;
- фортепиано;
- музыкальный центр,
- блоки для йоги;
- коврики для фитнеса.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5	Беседа. Входная диагностика
2.	Партерная гимнастика	21	4	17	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
3.	Прыжки	8	1	7	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой

4.	Упражнения на ориентирование в пространстве	4	1	3	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
5.	Танцевальные шаги	5	1	4	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
6.	Музыкально-ритмические упражнения	7	1,5	5,5	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
7.	Танцевальные комбинации	8	2	6	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
8.	Упражнения с элементами актерского тренинга	6	1	5	Наблюдение. Показ индивидуальный и группой
9.	Импровизация	2	1	1	Открытое занятие
10.	Контрольные и итоговые занятия.	2		2	Открытое занятие
	Итого:	64	13	51	

Рабочая программа. Содержание

1. Вводное занятие.

Теория: Повторение основных понятий: балетный класс, станки, зеркала, хореограф, концертмейстер, форма для занятий, балетная причёска. Правила поведения в балетном классе. Техника безопасности на занятиях. Рассказ о том, что предстоит узнать и чему научиться в новом учебном году. Анализ физической формы воспитанников после летних каникул. Танец как вид искусства.

Практика: Разминочные движения, не сложная партерная гимнастика, легкие прыжки. Упражнения на хореографическое отражение метроритма музыки, координацию.

2. Партерная гимнастика.

Теория: Педагог объясняет правила исполнения движений партерной гимнасти.

Практика: Освоение упражнений партерной гимнастики. Упражнения выполняются под музыку

3. Прыжки.

Теория: Педагог объясняет и показывает правильное исполнение прыжков.

Практика: Освоение прыжков на скакалке, несложные комбинации прыжков, а также прыжки в продвижении, сочетание прыжков с работой рук.

4. Упражнения на ориентирование в пространстве.

Теория: Педагог знакомит детей с простыми перестроениями из одного рисунка в другой.

Практика: Освоение обучающимися простых перестроений, рисунков танца.

5. Танцевальные шаги.

Теория: Педагог объясняет и показывает правильное исполнение танцевальных шагов.

Практика: Освоение обучающимися танцевальных шагов (маршевый шаг с высоко поднятым коленом, подскоки, шаги на высоких полу-пальцах, бег с поджатыми ногами. Исполнение шагов по диагонали, по кругу.

6. Музыкально-ритмические упражнения.

Теория: Педагог на занятиях знакомит обучающихся с более сложными метроритмическими сочетаниями. А также с упражнениями и играми, где необходимо понять и расшифровать ритмический рисунок музыки и выразить его в танце.

Практика: Освоение обучающимися упражнений и игр на развитие метроритма, слуха, умение слушать и слышать ритмический узор музыки.

7. Танцевальные комбинации.

Теория: Педагог объясняет и показывает правильное исполнение движений и музыкальный счет на который исполняются эти движения. Затем движения собираются в комбинацию.

Практика: Освоение обучающимися танцевальной комбинации, элементарные перестроения, понятный для этого возраста образ: сказочные герои, животные, птицы и т.д.

8. Упражнения с элементами актерского тренинга.

Теория: Педагог объясняет правильное исполнение упражнений на концентрацию внимания, воображения, развитие памяти, снятие мышечных зажимов. Например: «крутим пальцы», «высвечиваем фонариком», «волна», «пластилиновая кукла», «паровоз».

Практика: Освоение обучающимися упражнений.

9. Импровизация.

Теория: Педагог объясняет правила сочинения импровизации

Практика: Педагог дает задание: найти музыкальное произведение и сочинить танцевальный номер в соответствии с музыкой, образом и стилем, используя пройденный материал.

Вся эта работа воплощается в большой концерт импровизаций для родителей.

Темы для импровизации:

- «Насекомые»
- «Подводный мир»

10. Итоговое и контрольное занятия.

Теория - подведение итогов за полгода/год. Анализ работы и личностного роста каждого ребёнка, возможность рефлексии самих учащихся. Беседа с родителями о перспективах на следующий год. Объяснение необходимости занятий ребенка в течение летних каникул в виде гимнастики, растяжки.

Практика - показ пройденного материала за год в виде открытого занятия для родителей и педагогов других коллективов, где дети могут проявить себя настоящие артисты. Высказывание педагога и оценка результатов освоения учебного материала.

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Апрель

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Организационное собрание.	Сентябрь
	Подведение итогов за I полугодие.	Декабрь
	Творческие планы на II полугодие.	Май
Совместные мероприятия	Организационные вопросы.	
	Итоги учебного года и творческие перспективы.	
	Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ.	В течение года
Анкетирование родителей	Отчётные концерты хореографической студии	Декабрь, Апрель.
	Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	Май
	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года	Сентябрь
Индивидуальные и	в середине года	Январь
	в конце учебного года	Май
	Беседа о культуре поведения на	В течение года

групповые консультации	праздничных мероприятиях. Индивидуальные консультации по развитию хореографических способностей детей	В течение года
------------------------	--	----------------

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Успехи группы в целом и отдельных детей отслеживаются на открытых уроках и на публичных выступлениях перед родителями. Выполнение детьми несложных творческих заданий помогает установить качество усвоенных знаний, определить уровень их хореографического развития.

Основными критериями оценки освоения программного материала являются

Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе.

Виды контроля	Формы проведения	Сроки
Входной	Прослушивание. Собеседование	Сентябрь
Текущий	Наблюдение педагога.	В течение года
Промежуточный	Отчетный концерт	Декабрь. Май.
Итоговый	Отчётный концерт.	Май.

Формы фиксации образовательных результатов

- Таблица входной диагностики
- Уровень развития хореографических способностей

Балетные данные

- ✓ Осанка
- ✓ Выворотность
- ✓ Танцевальный шаг
- ✓ Подъем стопы
- ✓ Гибкость
- ✓ Прыжок

Музыкально-ритмические данные

- ✓ Чувство ритма
- ✓ Координация движений:
- ✓ Нервная
- ✓ Мышечная
- ✓ Двигательная
- ✓ Музыкально-ритмическая

Сценическая культура

- ✓ Эмоциональная выразительность

Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

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

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально – ритмическая координация -это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

- Таблица наблюдений (текущий, промежуточный, итоговый контроль)

- Параметры:

- Уровень развития хореографического исполнительства

- ✓ *основные движения партерной гимнастики*

- ✓ *танцевальная комбинация*

- ✓ *рисунки, построения, перестроения*

- ✓ *музыкальность*

- ✓ *выразительность и эмоциональность исполнения*

Формы контроля и критерии оценок развития хореографического исполнительства (см.

Приложение 1)

Параметры:

- Уровень развития навыков публичного выступления:

- ✓ *ориентирование в сценическом пространстве*

- ✓ *сценическая культура поведения*

- ✓ *яркое, осмысленное исполнение хореографического номера*

- ✓ *внутренняя раскрепощенность, свобода выражения*

- ✓ *увлеченность*

- ✓ *чувство собственной значимости*

- ✓ *стремление к адекватной самооценке*

- ✓ *коммуникативность*

- ✓ *культура поведения, эмоциональная уравновешенность*

Формы контроля: участие детей в конкурсах и фестивалях, концертных выступлениях.

- Анализ диагностических материалов

- Информационная карта освоения учащимися образовательной программы

Показатели и критерии диагностики образовательной программы

«Хореография. Горизонты»

Диагностика результатов обучения по образовательной программе проводится 2 раза в год (в конце каждого учебного полугодия). Она проводится по 15 показателям (по 5 в каждой области):

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с планируемыми результатами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с планируемыми результатами в области развития

V1, V2, V3, V4, V5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с планируемыми результатами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (3 - высокий уровень, 2 - средний уровень, 1 – низкий, незначительный уровень).

Показатель	3	2	1
О1 Правильное исполнение основных движений игровой партерной гимнастики (в соответствии с программой данного года обучения)	Правильно исполняет все движения	Исполняет с небольшим количеством ошибок	Исполняет движения с большим количеством ошибок.
О2 Знание названий и правил исполнения движений работы в партере (в соответствии с программой данного года обучения)	Знает названия и правила в полном объеме, предусмотренном программой.	Иногда допускает ошибки в знании названий и правил исполнения	Постоянно допускает ошибки в знании названий и правил исполнения.
О3 Знание танцевальной комбинации	Знает порядок движений танцевальной комбинации, и отлично ее исполняет	Не очень хорошо знает порядок движений танцевальной комбинации, исполнение среднее.	Не знает порядок движений танцевальной комбинации.
О4 Знание названий и правил исполнения основных танцевальных шагов (в соответствии с программой данного года обучения)	Знает названия и правила в полном объеме, предусмотренном программой.	Иногда допускает ошибки в знании названий и правил исполнения	Постоянно допускает ошибки в знании названий и правил исполнения.
О5 Знание несложных танцевальных рисунков, перестроений.	Хорошо знает названия несложных танцевальных рисунков и правила их построения.	Знает названия несложных танцевальных рисунков и правила их построения, но иногда допускает ошибки.	Не знает названий несложных танцевальных рисунков и правила их построения.
Р1 Чувство ритма и музыкальное исполнение движений	Умеет исполнять любые движения в такт музыке, включая неизученные музыкальные размеры.	Умеет исполнять движения, предусмотренные программой, в такт музыке.	Допускает ошибки в исполнении движений в такт музыки.
Р2 Творческая активность	Выразительно исполняет движения в танцевальной комбинации, проявляет творческое мышление посредством хореографической импровизации.	Старается выразительно исполнять движения в танцевальной комбинации, систематически проявляет творческое мышление посредством хореографической импровизации.	Не придает значение выразительному исполнению движений в танцевальной комбинации, эпизодически проявляет творческое мышление посредством хореографической импровизации.
Р3 Ориентация в пространстве	Точно ориентируется в пространстве: знает точки сцены, не теряется при смене площадки для танца (после смены точки 1), быстро встает в заданный рисунок танца, умеет заполнять пространство сцены.	Знает точки сцены, встает в заданный рисунок не точно, но умеет сохранить рисунок танца, не сразу ориентируется при смене точки 1, не умеет заполнить пространство сцены.	Путается в точках сцены, не может дополнить рисунок танца - точно встать на нужное место, не умеет держать рисунок танца, теряется при смене точки 1.

Р4 Развитие физических данных, анализ техники правильной осанки	Физические данные развиты на высоком уровне: хороший мышечный тонус, прямая контролируемая осанка, натянутые ноги в упражнениях, хорошая растяжка и шаг, выворотное исполнение классического экзерсиса.	Физические данные развиты на среднем уровне: средний мышечный тонус, не постоянная натянутость ног и стабильность осанки, хорошая или средняя растяжка, средний шаг и выворотность.	Недостаточно развиты физические данные: находится под контролем педагога.
Р5 Уровень развития аналитических способностей	Видит и исправляет свои ошибки и ошибки других в исполнении упражнений партера	Видит и исправляет свои ошибки в исполнении упражнений партера	Не всегда замечает свои ошибки в исполнении упражнений партера
В1 Уровень мотивации	Высокий уровень мотивации: устойчивый интерес к хореографии (усердие и старание на занятиях).	Средний уровень мотивации: интерес к занятиям заметен не всегда (без особого усердия занимается).	Низкий уровень мотивации: нет желания совершенствоваться в хореографическом искусстве.
В2 Умение правильно воспринимать критику от педагога (умение адекватно оценивать свои способности и исправлять ошибки)	Критика подталкивает исправлять ошибки и стремиться к совершенствованию упражнений.	Замечания педагога игнорируются, ошибки исправляются, но не сразу.	Не адекватное оценивание своих способностей, плохая реакция на критику (обида). Не охотно исправляет ошибки при замечаниях.
В3 Коммуникативная культура, культура поведения	Не испытывает трудностей в общении с педагогом, адекватно реагирует на его просьбы, критику, требования. Свободно общается со всеми участниками объединения. Всегда соблюдает дисциплину на занятиях.	Небольшие, легко устранимые затруднения в общении с педагогом: отказ в выполнении ряда просьб, несогласие с замечаниями и критикой, готовность и желание разбираться в случае проблем, избирательное общение. Не всегда соблюдает дисциплину на занятии, иногда отвлекается.	Остро реагирует на замечания со стороны педагога, игнорирует его просьбы и требования. Обособленная позиция, замкнутость, испытывает проблемы в общении с другими учащимися. Нарушает дисциплину на занятиях.
В4 Уровень сформированности эмоционально-волевых качеств	Проявляет упорство, выносливость, трудолюбие и настойчивость в достижении поставленных целей.	Не всегда проявляет упорство, выносливость, трудолюбие и настойчивость в достижении поставленных целей.	При возникновении ошибок и трудностей склонен отказаться от достижения поставленной цели.
В5 Стремление учащихся к здоровому образу жизни.	Выполняет все требования по соблюдению режима дня, здорового питания, исполнению ежедневной	Частично выполняет все требования по соблюдению режима дня, здорового питания, исполнению ежедневной зарядки	Не выполняет требования по соблюдению режима дня, здорового питания, исполнению ежедневной зарядки и т.д.

По результатам итоговых занятий и оценке работы учащихся в течение полугодия заполняется форма диагностики образовательной программы: ФИ учащихся отдельно по каждой группе; графы оценки по каждому учащемуся и каждому показателю. Затем:

- Подсчитывается общее количество баллов по каждому учащемуся (графа уровень освоения программы). Максимально возможное значение – 45. В скобках указать уровень освоения в соответствии с ниже приведенной градацией:

36-45 – высокий

25-35 – средний

15-24 – низкий

Менее 15 – программа не освоена

- Подсчитывается средний балл по каждому показателю (графа средний балл) – сумма баллов всех учащихся по данному показателю, разделенная на количество учащихся.

Максимально возможное значение – 3.

- Подсчитывается общий балл каждого раздела (графа сумма) – сумма средних баллов в каждой группе показателей. Максимально возможное значение – 15.

По результатам проведенной диагностики пишутся выводы с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т.п.).

Методические материалы

Методика проведения занятий. Каждое занятие танца опирается на закономерности его развития и строится по принципу *от простого к сложному, от малого к большому и является очередным, последовательно усложняющимся звеном в цепи всего курса обучения.*

Каждое занятие состоит из следующих блоков. Первый блок – разминочный. Включает в себя упражнения для разогрева всех групп мышц и связок, ритмических упражнений, развивающих слух, пространственное восприятие, координацию движений.

Второй блок – тематический. Включает в себя освоение и отработку основных движений, комбинаций, рисунков хореографических номеров, исполнительского мастерства, техники исполнения и др.

Третий блок - релаксации. Направлен на то, чтобы организм учащихся после напряженной работы пришел в состояния покоя с помощью упражнений снимающих эмоциональное и мышечное напряжение.

Учитывая, что выполнение различных движений также вызывает у детей различную степень психофизического напряжения в каждой части занятия сначала выполняются движения не сложные по своей структуре, не вызывающие особого напряжения внимания и памяти, но постепенно повышающие физическую трудность исполнения. Затем идет переход к сложным движениям, которые вызывают более высокую степень напряженности внимания и затрату физических сил. И только потом учащиеся переходят к движениям, выполнение которых требует максимального напряжения внимания, но позволяет уменьшить физическую нагрузку в каждой части занятия, кроме последней. Сложные силовые упражнения чередуются с более легкими, чтобы в процессе занятий ученики могли восстанавливать свои силы и легче преодолевать дальнейшие трудности занятия. Постепенно возрастающая нагрузка вызывает у учащихся максимальное напряжение не только мышечного аппарата, но и центральной нервной системы. Чем больше напряжение, тем более утомляется организм. Чтобы избежать этого, необходимо периоды напряжения чередовать с периодами отдыха. Например, период отдыха наступает для учащихся тогда, когда педагог делает им устные замечания в простой, краткой, утвердительной и логически последовательной форме. Сначала указываются недостатки, относящиеся к движению ног, затем рук, корпуса и головы. Слишком пространственные и многословные замечания идут в ущерб практической работы, приводят к непроизводительной потере времени, учащиеся «остывают».

Подготовка к занятию включает в себя несколько моментов:

- 1) намечаются новые примеры в соответствии с задачами каждой части занятия для дальнейшего укрепления и совершенствования знаний и навыков учащихся;

2) определяется новый материал для изучения, если учащиеся достаточно подготовлены для его восприятия;

3) вводится новый материал в различные комбинированные задания для дальнейшего укрепления исполнительских навыков;

4) определяются совместно с концертмейстером соответствующие размеры и характер музыкального сопровождения каждой части занятия.

Готовясь к занятиям, педагог обдумывает, что, зачем и как следует сказать воспитанникам не только по вопросам исполнительской техники, но и об искусстве танца, о творчестве, о музыке, о жесте и т.д. Таким образом, теоретические знания подаются небольшими дозами во время практической работы или короткой беседы.

Партерная гимнастика - это комплекс упражнений в игровой форме на коврике, главной целью которого является укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности, развитие выносливости и выработка культуры движения.

Элементы партерной гимнастики.

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

- «Лодочка»
- «Змейка»
- «Свечка»

2. Упражнения, развивающие подъем стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые движения стопой;
- Упражнения сидя на подъемах

3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

- «Кораблик»;
- «Корзиночка»;
- «морской конек»;
- «Мостик с подъемом одной ноги»
- Подготовка к мостику из положения стоя.

4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

- «самолет»;
- «ножницы»;
- «планка»

5. Упражнения развивающие выворотность ног:

- «Сфинкс»
- «Лягушка»

6. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:

- «Боковая растяжка»
- «Растяжка с наклоном вперед»
 - «Часы»
 - «Таракашки».

Учебно-методические пособия

Для детей

1. Барышникова Т. Азбука хореографии
2. Яковлева Ю. «Азбука балета»

Для родителей

1. Баланчин Д., Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете/Пер. с англ. У. Сапциной. - М.: КРОН-ПРЕСС, 2000-494с.

Для педагога

1. Альшиц Ю.Л. Тренинг forever! – М.: РАТИ-ГИТИС, 2009.-256с.
2. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. – СПб: Лань, Планета музыки, 2008.-416с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. - Л.: Искусство, 1984. -199с.
4. Базарова Н.П. Мей В. Азбука классического танца. - М.: Искусство, 1983. -208с.
5. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000.
6. Васильева Н. Танец. – Москва, 2000.- 100с.

7. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 1994.
8. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. – М.: Театралис, 2004.-82с.
9. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989.-123с
10. Зихлинская Л. Мей В. Первые шаги. – Киев: Логос, - 2004.- 358с.
11. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – М.: Искусство, - 1976.-272с.
- 12.Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, - 1972.-239с.
13. Королевская академия танца. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной программе. – М.: АСТ, - 2003.-143с.
14. Мессерер А. М. Уроки классического танца. – СПб: Лань,- 2004.- 376с.
15. Нельсон А. Коккен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. - Мн.: Попурри. –2008.-
16. Нагайцева Л. Г. Балетная гимнастика. – Краснодар: Книжное издательство, - 2004.- 23с.
17. Перлина Л. В. Танец модерн и методика его преподавания. – Барнаул: Издательство АлтГАКИ, - 2010.- 123с.
18. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, - 1971.-

Научная, методическая, специальная литература

(источник: личная библиотека педагога)

• *Классический танец*

- Т. Барышникова. Азбука хореографии. Методические указания и помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС».-256с.
- Ю.А. Бахрушин «История русского балета»
- Мессерер А. Уроки классического танца.-СПб.: Издательство «Лань»,2004.-400с.
- Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд.-Л.: Искусство. 1983.-207с.
- Андерсон Б, Андерсон Дж(илл) Растяжка для каждого/Пер с англ. О.Г. Белошеев; Худ. обл. М.В. Драко.- Мн.: ООО «Попурри», 2002.-224с.
- Н.Серебренников «Поддержка в дуэтном танце»
- А. Ваганова «Основы классического танца» 1980 г.
- Лукьянова Е. А. Дыхание в хореографии: Учеб. пособие для высших и средних учеб. заведений искусства и культуры.- М.: Искусство, 1979, -184 с.
- Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. Правила приема детей в балетные школы и методика обучения классическому танцу: Учебно-методическое пособие.- М.: Издательство «ГИТИС»,1994.-160 с.
- Нельсон, А., Кокконен, Ю. Анатомия упражнений на растяжку/ А. Нельсон, Ю. Кокконен; пер. с англ. С. Э. Борич.-Мн.: «Попурри». 2008. -160 с.
- Тобиас М, Стюарт М .Растягивайся и расслабляйся.1994г.
- Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – М.: Искусство, -1976.-272с.
- Г.Альберт «Александр Пушкин. Школа классического балета»
- Красовская В.Статьи о балете.1967
- Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии. Ижевск : Изд-во Удм. ун-та, 136 с.

• *Современный танец*

- Полятков С.С Основы современного танца.- Ростов н/Д: Феникс, 2005.- 80с.
- Никитин В.Ю Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.- М.: Изд-во «ГИТИС», 2000-440 с.
- Перлина Л. В. Танец модерн и методика его преподавания. – Барнаул: Издательство АлтГАКИ, - 2010.- 123с.

• *Разное*

- Бурцева Г.В. Технология профессионального обучения педагога – хореографа в контексте инновационной деятельности /Г.В. Бурцева.- Барнаул; Изд-во АлтГАКИ, 2006, - 315с.
- Кипнис М. Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером /Михаил Кипнис.-М.:АСТ:ФАстрель,СПб.:Прайм-Еврознак, 2011-249,[7]с. :ил.-(золотой фонд актерского мастерства)
- Актерский тренинг для детей.-М.:АСТ:Астрель;Владимир:ВКТ,2012.- 352

- Станиславский К.С. Искусство представления: классические этюды актерского тренинга.- СПб.:Азбука,Азбука-Аттикус,2012-192с.
- Гиппиус С. «Гимнастика чувств. Тренинг творческой психотехники»
- Коркин В. П. Акробатика.— М.: Физкультура и спорт, 1983.— 127 с, ил.— (Азбука спорта).
- Андреева Ю. Танцетерапия. -СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2005. – 256с.
- Дан О. Пилатес – гимнастика звезд.- СПб.: Питер, 2007. -192 с.
- Каминская Н.М. История костюма. Учебное пособие для средн. спец. учеб. заведений швейной пром-сти. М., «Легкая индустрия», 1977. – 128 с.
- Захаржевская Р.В. История костюма: От античности до современности.— 3-е изд., доп.—М.: РИПОЛ классик, 2005,— 288 с.
- Уральская В.И. Рождение танца.- М.: Сов. Россия, 1982. - 144 с.
- Смирнов И.В.Искусство балетмейстера: Учеб. пособие для студентов культ.-просвет, фак. вузов культуры и искусств. — М.,Просвещение, 1986. — 192 с.
- Джозеф С. Хавилер .Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и Тренировки, - М.: ООО «Издательство «Новое слово»,2004-114с.
- Баланчин Д., Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете/Пер. с англ. У.Сапциной.-М:КРОН-ПРЕСС,2000.-494с.
- Худеков С.Н. Искусство танца: История. Культура. Ритуал/Худеков С.Н.- М.:Эксмо,2010.-544 с.
- Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие/Пер. с нем. В. Штакенберга. - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки»,2012.-128 с.
- Лукьянова Е.Я. Дыхание в хореографии. М.: Искусство, 1979г.,- 184с.

Подборка средств обучения. Пособия, ориентированные на поддержку освоения тем программы.

• **CD**

- Музыкальный материал для занятия классическим танцем.
- Музыкальный материал для занятия джаз-модерн.
- Музыкальный материал для разминки.
- Музыка для хореографических номеров с отчетного концерта за 2008 - 2009г.г., 2009-2010г.г., 2010-2011г.г., 2011-2012г.г.

• **DVD**

Классический танец:

- Урок классического танца 1-й класс училище им. Вагановой.
- Урок классического танца 2-й класс училище им. Вагановой.
- Урок классического танца 3-й класс АРБ им. Вагановой.
- Урок классического танца 4-й класс АРБ им. Вагановой.
- Урок классического танца 5-й класс АРБ им. Вагановой.
- Урок классического танца выпускной 2010г. педагог Ситникова АРБ им. Вагановой.

• ***Подборка нот***

- Безуглая Г. «Концертмейстер балета» часть 1
- Безуглая Г. «Концертмейстер балета» часть 2
- В. Малашева, К. Потапов «Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца»
- И. Климкович, В. Малышева «Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца» выпуск 2
- Хрестоматия для уроков классического танца выпуск 1
- Б. Ефименкова «Танцевальные жанры»
- С. Катанова «Музыка в балете»
- А. Н. Зимина «Музыкальные игры и этюды»
- К. Потапов «Адажио для классического танца»
- Л. Яромлович «Принципы музыкального оформления урока классического танца»
- Граммер «Музыкальное сопровождение к уроку классического танца»
- Пример урока с музыкальным оформлением А. Ваганова, Н. Бродская
- Е. Васильева «Музыкальные примеры к уроку классического танца»
- Яромлович «Пример урока классического танца для первого класса»
- Яромлович «Пример урока классического танца второго класса»

• ***Электронные образовательные ресурсы***

- личная электронная библиотека педагога
- презентации в PowerPoint к отчетному концерту:
по группам, родители в образовательном процессе, отчет по поездкам на конкурсы, достижения.
- к занятиям:
балетные кумиры, развитие данных, растяжки, образец для подражания.
- родительскому собранию:
поездка в лагерь, что нужно брать с собой на конкурс

- ***Интернет ресурсы***

- Лицензионные

- <http://dancehelp.ru/> Хореографу в помощь

- <http://www.horeograf.com/> Все для хореографов и танцоров

- *Техническое оснащение занятий*

- класс хореографии (зеркала, хореографические станки, профессиональное покрытие)
- музыкальный инструмент (фортепиано)
- музыкальный центр
- видеотехника
- видео- , фонотека
- ноты
- видео- и фото- камера
- ноутбук
- репетиционная форма(купальник, черные велосипедки, футболка с авторским логотипом студии «Горизонты») и обувь (белые носки и белые балетки)
- скакалка
- коврики для занятий на полу.
- дневник
- костюмы
- кофры (чехлы) для костюмов
- утяжелители для ног
- маты
- белые маленькие табуретки для растяжки
- информационный стенд
- аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи

- *Рекламная продукция*

- авторский логотип хореографической студии «Гранд»
- большие афиши
- флаеры
- обложки для CD и DVD дисков

Система психолого-педагогического сопровождения.

- *Памятки для детей и родителей*

- Памятка «Правила приема детей в студию «Горизонты» ».
- Памятка «Внешний вид ребенка на занятии хореографии».
- Памятка «Что нужно для концерта».
- Памятка «Как правильно растягиваться».
- Памятка «Адреса магазинов одежды и обуви для занятий хореографией».
- Памятка «Наши правила»

- *Упражнения для тренинга на:*

1. Внимание
2. Память.
3. Наблюдательность.
4. Фантазию.
5. Быстроту реакции.
6. Инициативность.

7. Выдержку.
8. Умение согласовывать свои действия с партнерами.
9. Активация ассоциативного и образного мышления.
10. Развитие естественности действий на сценической площадке.