

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТОМСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ИСКОРКА» Г. ТОМСКА  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ДОМИНАНТА»

Принята на заседании  
методического совета  
МАОУ ДО ДДТ «Искорка» г. Томска  
Протокол № 9  
от «02 » июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
И.о.директора МАОУ ДО  
ДДТ «Искорка» г. Томска  
\_\_\_\_\_ Е.А.Беккер

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**художественной направленности**  
**студии современной хореографии «Сияние»**  
Уровень стартовый  
Возраст обучающихся: 7-17 лет  
Срок реализации: 2 года

Составитель: Рахимова Анна  
Григорьевна, методист;  
Геннеберг Анна Васильевна,  
педагог дополнительного образования

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

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, но успел довольно быстро развиваться за это время.

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. 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.

Дополнительная общеразвивающая программа студии современной хореографии «Сияние» имеет *художественную направленность*, так как ориентирована на формирование эстетической культуры обучающегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей.

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

**Уровень программы** – стартовый.

### **Актуальность программы**

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к культуре танца. Танцевальное искусство становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Движение и музыка, одновременно влияя на ребёнка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитывается чувство ответственности. Актуальность программы заключается в том, что она отвечает запросам обучающихся и родителей.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью данной программы является то, она представляет собой синтез видов и форм хореографического обучения, создание

интегрированной модели обучения основам современного танца (hip-hop; модерн; джаз; контемпорари). Акцент делается на изучение современной хореографии. При этом, новые средства хореографического обучения интегрируются с инновационными педагогическими технологиями: технологии развивающего, личностно-ориентированного, индивидуального обучения, технология коллективной творческой деятельности, игровые технологии. Импровизационные задания – «творческая лаборатория» включены в процесс обучения. Формирование творческого начала происходит с азов постижения хореографического искусства. Программа помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном совершенствовании детей, организации их свободного времени.

**Адресат программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студии современной хореографии «Сияние» разработана для детей 7-17 лет.

У детей в возрасте **7 – 12 лет** возникают и закрепляются важные личностные характеристики, которые становятся устойчивыми, определяют успехи индивида в различных видах деятельности. Формируются трудолюбие и самостоятельность, которые складываются из достигнутых успехов, которые должны поощряться - тогда дети начинают верить в свои успехи, получать положительные эмоции в труде. В этом возрасте дети больше общаются со взрослыми, складывается своя внутренняя позиция к добру и злу, к плохому и хорошему. Надо помнить, что ребенок в своем поведении и поступках подражает взрослым и нужно стараться подавать ему хороший личный пример. Личный показ движений педагогом наиболее эффективен, поскольку в этом возрасте обладают в основном наглядно-образным характером запоминания. Дети начинают контролировать свое поведение, формируются волевые качества, появляется настойчивость как волевая черта характера. Для этого возраста характерны богатство воображения, эмоциональность и непосредственность реакций. Однако из-за относительно слабой устойчивости внимания дети на занятиях быстро теряют темп и ритм. Этот возраст характеризуется как период активного развития двигательных функций, в котором дети могут сравнительно хорошо управлять своими движениями. Совершенствование двигательных способностей должно совпадать с периодом усиленного развития двигательных функций и тем повышать и ускорять ход этого развития.

В подростковом возрасте (**13 – 17 лет**) наступает период полового созревания, когда в организме происходят резкие эндокринные сдвиги, меняется функциональное состояние, что характеризуется избытком энергии и потенциальной конфликтностью подростка с взрослыми и самим собой. Предметом осмысления для подростка становится его ближайшее окружение и общество, как феномен культуры во всех его проявлениях. Полностью развиваются двигательные способности детей. Подростки много учебного и

внеучебного времени работают самостоятельно. При выполнении самостоятельной работы обучающиеся выходят на самый высокий уровень обучения – творчество.

**Форма обучения** очная.

Возможно обучение по программе в дистанционном формате с использованием сети Интернет.

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуальные, групповые, работа в парах.

**Формы организации учебного занятия:**

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие;
- репетиция;
- выступление.

**Объем и срок реализации программы**

Срок реализации программы – 2 года. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 432 часа. Количество учебных часов в год: 216 часов.

**Режим занятий.** Занятия проходят 3 раз в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий в академических часах – 45 минут, между занятиями 10-минутная перемена.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы** – приобщение детей к миру танца, формирование устойчивого интереса к современной хореографии.

**Задачи программы**

Обучающие:

- знакомить с основными понятиями и элементами, стилями и жанрами современной хореографии;
- обучать основным элементам современного танца;
- ознакомить с комплексом упражнений для разминки и растяжки тела.

Развивающие:

- способствовать развитию координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- осуществлять общее физическое развитие, координацию и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развивать способность чувствовать настроение и характер музыки, музыкальную память.

Воспитательные:

- воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- воспитывать внимание, дисциплинированность, самостоятельность;
- формировать коммуникативную культуру и навыки выступления на сценической площадке.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план 1-го года обучения

| № п/п | Название раздела, темы                                     | Количество часов |           |            | Формы аттестации (контроля) по разделам                   |
|-------|--|------------------|-----------|------------|---|
|       |  | Всего            | Теория    | Практика   |   |
| 1     | Введение   | 2                | 2         | -          | Входная диагностика                                       |
| 2.    | Общая физическая подготовка (ОФП)                          | 59               | 16        | 43         | Наблюдение, анализ, практическое задание                  |
| 3.    | Азбука современного танца и элементы танцевальных движений | 57               | 7         | 50         | Тестирование, наблюдение, анализ, практическое задание    |
| 4.    | Партерная гимнастика                                       | 58               | 6         | 52         | Наблюдение, анализ, практическое задание                  |
| 5.    | Постановочная работа                                       | 38               | 31        | 7          | Наблюдение, анализ, контрольное задание, открытое занятие |
| 6.    | Итоговые занятия   | 2                | 1         | 1          | контрольное задание, выступление                          |
|       | <b>Итого</b>   | <b>216</b>       | <b>39</b> | <b>177</b> |   |

#### Содержание учебного плана

##### 1. Вводное занятие.

**Теория:** Ознакомление с программой. Повторения пройденного материала Знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности. Инструктаж по технике безопасности.

##### 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

**Тема:** *Общее физическое развитие и укрепление мышечного каркаса.*

**Теория:** Терминология по теме раздела, методика исполнения упражнений.

**Практика:**

- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на разворот тазобедренных суставов;
- упражнение на развитие гибкости позвоночного отдела;
- упражнение на формирование баланса;
- элементы растяжки.

### **3. Алфавит современного танца и элементы танцевальных движений**

*Тема: Основы современного танца.*

**Теория:** Теоретические основы хореографических движений. Хореографические термины. Названия основных танцевальных движений и элементов.

**Практика.** Ритмическая разминка: комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Изучаемые элементы разминки:

- движения головы: соединение движений головы с движениями других центров.
- плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.
- грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений;
- упражнения для рук, кистей и пальцев;
- упражнения для корпуса.

**Теория:** Знакомство детей с элементами современного танца. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

**Практика:** передвижение в пространстве.

- Вращение, как способ передвижения в пространстве.
- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.
- Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

*Тема: Современные танцевальные направления.*

**Теория:** История возникновения современных направлений:

- а) хип-хоп;
- б) модерн;
- в) джаз;
- г) контемпорари

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений.

**Практика:** Отработка основных движений hip-hop (хип-хоп).

- Hiplift - полукруги и круги одним бедром.
- V-положения рук, jerkposition.
- А-Б-В-положения рук.

- Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещением в пространстве.
- Tilt в сторону, вперед, с работающей ногой, открытой на 90° и выше.
- Упражнения стэтч-характера в соединении с твистами и спиральями торса.
- Приставной шаг (steptouch).

#### **4. Партерная гимнастика (упражнения на полу)**

*Тема:* Партерная гимнастика и её значение.

*Теория:* Понятие «партер». Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

*Практика:* Освоение элементов партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Отработка комплекса упражнений, направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

#### **5. Постановочная работа**

*Теория:* Этапы создания танцевального номера. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец. Изучение рисунка танцевальной композиции. Знакомство с основными принципами исполнения танца, правила сцены.

*Практика:* Соединение изученных элементов танца в: - комбинации; - фигуры; - композицию (законченное соединение движений). Положения, позы в танце. Рисунок танца: - перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг); - проходки. Постановка: - танцевальных комбинаций; - фигур; - целого танца. Отработка движений и фигур танца.

Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

#### **6. Итоговое занятие.**

*Теория:* Анализ работы. Награждение по результатам участия в мероприятиях.

*Практика:* Контрольные задания. Показательные выступления.

### **Учебный план 2-го года обучения**

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов |        |          | Формы аттестации (контроля) по разделам |
|-------|------------------------|------------------|--------|----------|---|
|       |                        | Всего            | Теория | Практика |   |
| 1     | Введение               | 2                | 2      | -        | Входная диагностика                     |

|    |                                   |            |           |            |   |
|----|-----------------------------------|------------|-----------|------------|---|
| 2. | Общая физическая подготовка (ОФП) | 36         | 10        | 26         | Наблюдение, анализ, практическое задание                    |
| 3. | Партерная гимнастика              | 38         | 12        | 26         | Тестирование, наблюдение, анализ, практическое задание      |
| 4. | Хип-хоп                           | 32         | 10        | 22         | Наблюдение, анализ, практическое задание                    |
| 5. | Джаз-модерн                       | 34         | 10        | 24         | Наблюдение, анализ, практическое задание                    |
| 6. | Контемпорари                      | 34         | 10        | 24         | Наблюдение, анализ, практическое задание                    |
| 7. | Постановочная работа              | 38         | 7         | 31         | Наблюдение, анализ, контрольное задание<br>открытое занятие |
| 8. | Итоговые занятия                  | 2          | 1         | 1          | контрольное задание, выступление                            |
|    | <b>Итого</b>                      | <b>216</b> | <b>62</b> | <b>154</b> |   |

## Содержание учебного плана

### 1. Вводное занятие.

**Теория:** Ознакомление с программой. Повторение пройденного материала.

Инструктаж по технике безопасности.

**Практика:** Музыкальные игры на сплочение коллектива

### 2. Общая физическая подготовка (ОФП)

**Тема:** *Общее физическое развитие и укрепление мышечного каркаса.*

**Теория:** Терминология по теме раздела, методика исполнения упражнений.

**Практика:**

– упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на разворот тазобедренных суставов;
- упражнение на развитие гибкости позвоночного отдела;
- упражнение на формирование баланса;
- элементы растяжки.

### **3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)**

*Тема: Партерная гимнастика.*

**Теория:** Элементы партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

**Практика:** Выполнение элементов партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Отработка комплекса упражнений, направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

### **4. Хип-хоп**

*Тема: Повторение пройденного материала*

**Теория:** Освоение базовых движений хип-хопа

**Практика:** Отработка основных движений hip-hop (хип-хоп).

*Тема: Прыжки, CrissCross, Spinout, «Tapitout», «Stepsnap», «Slidepop»*

**Теория:** Ознакомление детей с элементами танцевальных движений

**Практика:**

- Прыжки. Крестовой прыжок. Изгиб с колена
- CrissCross база, быстрое перемещение ног с крестов и оборотов
- Spinout (быстрые повороты, учимся держать равновесие.)
- «Tapitout»-касание (легкие касания пола ногами.)
- «Stepsnap» (шаг с щелчком)
- «Slidepop» (плавное движение со скольжением)

### **5. Джаз-модерн**

*Тема: Различные направления в стиле «Джаз-модерн»*

**Теория:** Европейский джаз-танец, Американский джаз-танец. Сходства и различия. Понятия «модерн» и «джаз-танец».

**Практика:** Танцевальные комбинации на основе музыкального материала в стиле европейского, американского джаз-танца.

*Тема: Джаз-модерн танец*

**Теория:** Отличительные черты и основные принципы джаз-модерн танца. Координация, Изоляция, Полицентрия, Уровни, Кросс, передвижение в пространстве.

**Практика:**

- упражнения на середине зала. Разучивание и постановка позиций рук, ног, корпуса, характерные для джаз-модерн танца.
- Комбинации: последовательное исполнение движения различных центров: головой, грудной клеткой, руками, ногами. Параллель и

оппозиция в движении двух и более центров. Координация изолированных центров.

- Упражнения на середине зала с использованием нижнего, среднего и верхнего уровней.
- отработка видов движений джаз-модерн танца: шаги (flat step, camel walk, latin walk, связующие шаги: pas chasse, pas de bourree, pas glisse, pas coupe, pas degage), вращения: («штопорные повороты», лабильные вращения), прыжки (jump, leap, hop). Танцевальные комбинации с использованием проученных движений.

## **6. Контемпорари**

*Тема:* Базовые движения кантемпорари

**Теория:** Ознакомление детей с элементами танцевальных движений

**Практика:**

- Основные положения корпуса, подвижность позвоночника, тазобедренные суставы, баланс, артикуляция кистей рук и стоп
- Roll Up/Roll Down, Swing, упражнения на пресс
- Правило мизинца, разворот тазобедренных суставов, перенос веса, Releve, растяжка
- Изоляция грудного отдела, Flat Back, перенос веса и работа стоп
- Подготовка к вращениям, комбинация, кросс, прыжки
- Rond, Adagio, батманы, подготовка к стойке и стойка на руках
- Спирали, уход в пол, комбинация
- Упражнение на координацию, Adagio Alvin Aily, вращение с координацией, комбинация.

*Тема:* Техника движения в контемпорари.

**Теория:** Качества и приемы движения, лексика и комбинации, структура танца контемпорари.

**Практика:**

- Продолженное движение (Continuous movement)
- Спирали
- Импульс
- Импакт
- Дроп
- Rebound

## **7. Постановочная работа**

**Теория:** Этапы создания танцевального номера. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец. Изучение рисунка танцевальной композиции. Танцевальная импровизация. Актерское мастерство. Батл.

**Практика:** Соединение изученных элементов танца в: - комбинации; - фигуры; - композицию (законченное соединение движений). Положения, позы в танце. Рисунок танца: - перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг); - проходки. Постановка: - танцевальных комбинаций; - фигур; - целого танца. Оработка движений и фигур танца. Выполнение изученных

элементов танцевальных движений. Работа с импровизацией. Работа над актерским мастерством. Батл.

### **8. Итоговое занятие.**

**Теория:** Анализ работы. Награждение по результатам участия в мероприятиях.

**Практика:** Контрольные задания. Показательные выступления.

## **1.4. Планируемые результаты**

### **1 год обучения**

В результате обучения по программе обучающиеся будут **знать:**

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;

будут **уметь:**

- исполнять основные движения современного танца;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

**Иметь представление:**

- об основных стилях и жанрах современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

### **2 год обучения**

В результате обучения по программе обучающиеся будут **знать:**

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основы техники исполнения движений хип-хопа, джаз-модерн танца, контемпорари танца;

будут **уметь:**

- исполнять основные движения в стиле хип-хоп, джаз-модерн танца, контемпорари;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

**Иметь представление:**

- об основных стилях и жанрах современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

<https://disk.yandex.ru/d/zR6ZVBiQSh4ezA>

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Материально-технические условия реализации программы**

Кабинет для занятий - помещение с хорошим освещением и вентиляцией, температурным режимом, соответствующим санитарно-гигиеническим нормам; – оснащение кабинета зеркальной стенкой, танцевальным станком.

Оборудование:

аудио, видео аппаратуру - носители: аудиодиски, видеодиски, флеш-карта;

реквизит для занятий и номеров (лента, мяч, шляпки, шарфы и тд.).

**Дидактический материал:**

методические пособия;

наглядный иллюстративный материал.

**Форма для занятий:**

танцевальная и тренировочная одежда и обувь.

**Кадровое обеспечение:**

Педагог с средне-специальным или высшим образованием, соответствующим направлению.

## **2.3. Формы мониторинга освоения программы**

### **2.3. 1. Формы и виды контроля освоения программы**

Для проверки результативности образовательной программы используются три основные составляющие контроля:

**Входной контроль** - проводится педагогом в начале учебного года и позволяет определить начального (базового) уровня физических данных, способностей и умений вновь прибывших обучающихся. В процессе беседы с вновь пришедшими обучающимся, после показа педагогом и выполнения ими контрольных заданий и тестовых упражнений на выворотность, гибкость, высоту прыжка, растяжку, общую ловкость, чувство ритма, музыкальность, исполнения ими простых, не сложных танцевальных элементов, определяется базовый уровень физических данных и умений вновь прибывших обучающихся.

**Текущий контроль** – проводится в течение учебного года в процессе освоения обучающимися программы. Позволяет проследить степень усвоения обучающимся содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей ребенка и специальных хореографических знаний и навыков.

**Промежуточная аттестация** - проводится в конце первого полугодия и в конце учебного года чтобы проследить степень усвоения обучающимися содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей обучающихся. Итоги мониторинга фиксируются в диагностических картах обучающихся.

**Формы контроля:** наблюдение, практические задания, тестирование, открытое занятие, показательное выступление.

Основной **формой предъявления результата** является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям: музыкальность и ритмичность исполнения, техничность исполнения, синхронность исполнения, артистизм исполнения, культура исполнения.

### 2.3.2. Оценочный механизм

#### ***Критерии оценки освоения теоретических знаний и общих практических умений***

Минимальный уровень (1–4 балла) — обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

Средний уровень (5–8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

Максимальный уровень (9–10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

**Методы диагностики:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

#### ***Показатели развития физического и эмоционального развития***

**Музыкальность** - это способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие самостоятельного исполнения движений под музыку (без показа педагога).

**Координация тела, ловкость движений.** Точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях). Правильное сочетание рук и ног при ходьбе. Гибкость и пластичность – мягкость, плавность, музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника.

#### **Характеристика уровней**

Высокий – у ребенка развита координация тела и движений. При маршировке корпус держит прямо, шаг четкий, правильная отмашка рук. Свободно справляется со сложно координированными движениями. Марширует уверенно, красиво.

Оптимальный – ребенок достаточно правильно координирует свои движения. Умеет точно и уверенно выполнять простые маршевые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Марширует не совсем красиво, корпус не подтянутый. Отмашка рук вялая.

Допустимый – не умеет координировать свои движения. Не владеет принципом противодвижения. Правая рука совпадает с правой ногой. Левая рука с левой ногой.

Корпус наклоняет вперед, шаг неуверенный, не четкий.

*Эмоциональная сфера.* Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции. Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. А также придумывать собственные оригинальные «па».

Характеристика уровней

Высокий – умение выражать свои чувства не только в движении, но и в слове. Точно и музыкально выполняет движения, уверенно справляется с более сложными заданиями. Владеет умением концентрировать свое внимание.

Оптимальный – мимика менее выразительна, движения выполняются с некоторыми подсказками. Движения выполняет правильно, согласно своему счету. Недостаточно владеет умением сосредоточиться, часто отвлекается. При выполнении движений допускает ошибки.

Допустимый – у менее эмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительны.

Внимание рассеянное, редко справляется с выполнением задания самостоятельно.

*Пластичность и гибкость.* Гибкость и пластичность – мягкость, плавность, музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника.

Обучающиеся выполняют заданную педагогом связку элементов на гибкость и пластику тела.

Характеристика уровней

Высокий уровень – технически правильное исполнение элемента, присутствует эстетика подачи элемента.

Средний уровень – технически правильное исполнение элемента при отсутствии эстетики во время исполнения

Низкий уровень – отсутствует методика исполнения элемента.

*Формирование интереса к хореографическому искусству*

Характеристика уровней

Высокий уровень – обучающийся постоянно проявляет интерес к хореографическому искусству;

Средний уровень – обучающийся иногда проявляет интерес к хореографическому искусству;

Низкий уровень – обучающийся не проявляет интерес к хореографическому искусству.

Результаты отражаются в карте результатов мониторинга.

| № | Список детей | Музыкальность | Координация тела, ловкость движений | Эмоциональная сфера | Пластичность, гибкость | Проявление интереса |
|---|--------------|---------------|-------------------------------------|---------------------|------------------------|---------------------|
|   |              |               |                                     |                     |                        |                     |
|   |              |               |                                     |                     |                        |                     |

#### 2.4. Методические материалы

В образовательном процессе используются *принципы обучения*:

- индивидуализация (определение посильных заданий с учётом возможностей каждого ребёнка);
- систематичность (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядность (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемость материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательность и активность (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

##### **Методы обучения:**

*Игровой метод.* Игра как органический компонент занятия способствует снятию эмоционального напряжения, более точному восприятию танцевального образа. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание.

*Метод аналогий.* В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где «педагог-режиссер», используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

*Наглядный метод.* Выразительный показ движений педагогом под счет, с музыкой.

*Словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

*Практический метод* заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Педагогические технологии:** технологии развивающего обучения, личностно-ориентированное обучение, индивидуальное обучения, технология коллективной творческой деятельности, игровые технологии.

##### **Алгоритм учебного занятия:**

1. *Организационный этап:* подготовка обучающихся к занятию, настрой на продуктивную деятельность во время занятия, объявление темы занятия и постановка учебных задач.

2. *Теоретический этап*: объяснение специальных терминов по теме занятия, описание и показ основных приемов и элементов танца, последовательность их исполнения. Правила техники безопасности.

3. *Практический этап*: разминка по кругу, музыкально-ритмические упражнения на середине зала, элементы классического/современного танца, повторение и отработка разученных движений и танцев, разучивание нового материала, постановочная работа, упражнения на расслабление и восстановления дыхания.

4. *Итоговый этап*: подведение итогов занятия, рефлексия

### ***Методы дистанционного обучения (ДО)***

*Синхронное обучение (СО)* – формат обучения, построенный на очном или дистанционном взаимодействии между обучаемыми и преподавателями в режиме реального времени.

*Асинхронное обучение (АО)* - метод обучения, в процессе которого контакт между обучающим и обучаемым осуществляется с задержкой во времени. Это может быть самостоятельное изучение материалов, чтение книг и учебников, решение тестов, задач, просмотр обучающих презентаций и видеоуроков. Таким образом, получая информацию, обучающийся может работать с ней самостоятельно, не привязываясь ко времени.

*Смешанное обучение* — образовательный подход, который совмещает обучение с участием учителя (лицом к лицу) и онлайн обучение. Смешанное обучение предполагает элементы самостоятельного контроля учеником образовательного маршрута, времени, места и темпа обучения, а также интеграцию опыта обучения с учителем и онлайн.

### ***Организация дистанционных занятий***

При дистанционной реализации программы были использованы следующие виды занятий:

Виды теоретических занятий

Самостоятельное изучение темы:

Лекция

Мастер – класс в видеоформате, видеоурок.

Презентация или текстовый документ, размещенный в сети интернет

*Виды практических занятий*

Групповая синхронная работа

Индивидуальная синхронная и асинхронная работа

Самостоятельная асинхронная работа

### ***Инструменты дистанционного обучения***

Представленные инструменты реализации дистанционного обучения были использованы педагогом для проведения занятий:

Инструменты дистанционного общения с обучающимися

Электронная почта

Мессенджеры

Социальные сети

СМС

### ***Инструменты синхронного обучения***

Вебинары (ИКОП «Сферум»)

Видеоконференции (ИКОП «Сферум», Вконтакте)

YouTube трансляции

### ***Инструменты асинхронного обучения***

Официальный сайт образовательной организации

Электронная почта

Социальные сети

Облачные хранилища

Образовательные платформы (Инфоурок, Яндекс класс)

Онлайн-тесты (Яндекс-формы)

### ***Продолжительность занятий***

Продолжительность занятий при дистанционном обучении сокращается до 30 мин.

### ***Режим дистанционного обучения***

Режим работы с обучающимися предполагает дистанционную работу с применением смешанных форм обучения, при котором аудиторная форма дополняется online-компонентом. Примером такой работы служит проверка теоретических знаний, полученных на аудиторных занятиях, посредством прохождения тестов, составления презентаций и кроссвордов. Тестовые задания обучающиеся выполняют на платформе.

Педагог дополнительного образования заранее разрабатывает тест к теме занятия для определенной группы обучающихся, интегрируя в задания правильные и не правильные ответы в каждый вопрос. Ссылка на тест высылается обучающимся посредством любого менеджера.

Контроль результатов обучения при дистанционной реализации программы  
Способы проверки усвоенных знаний:

- Тесты – автоматическая проверка;
- Письменные работы (кроссворд, тест и тд.) – проверка в ручную;
- Презентации, составленные обучающимися;
- Фото или видеоотчет.

Выбирая правильный и неправильный ответ в тесте, обучающийся зарабатывает установленное педагогом количество баллов за каждый вариант ответа. По завершению выполнения теста обучающийся получает итоговую сумму баллов по всем вопросам из максимального возможного количества, может сразу оценить свой результат и произвести работу над ошибками самостоятельно или при помощи консультации педагога в дистанционно форме используя, например, ресурсы индивидуальных видеоконференции.

Табличную форму результатов прохождения тестов с ответами и общей балльной оценкой каждого обучающегося педагог имеет возможность выгрузить на жесткий диск своего ПК в форме электронной таблицы, документе или презентации и в последствии использовать эту информации при

промежуточной и итоговой аттестации обучающихся и планировании индивидуальной работы с обучающимися.

## **2.5. Воспитательная работа**

В Программе воспитания МАОУ ДО ДДТ «Искорка» сформирована общая *цель воспитания* – личностное развитие и социализация обучающихся, проявляющиеся:

-в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе социокультурных и нравственных ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

-в развитии их позитивных отношений к социокультурным и нравственным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

-в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует не на обеспечение соответствия личности ребенка единому уровню воспитанности, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности.

### ***Приоритетные направления деятельности***

Воспитательный процесс основывается на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек), и наиболее эффективным способом реализации воспитательных задач является организация насыщенной событиями деятельности детей по основным направлениям воспитания:

гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, экологическое, формирование культуры здорового образа жизни, социокультурное, медиа-культурное.

Практическая реализация поставленных цели и задач воспитания осуществляется не только на занятиях, но и в рамках традиционных мероприятий ДДТ по основным направлениям, согласно ежегодному календарному плану воспитательной работы:

<http://iskorka.dou.tomsk.ru/wp-content/uploads/2023/03/programma-vospitaniya-2022.pdf>

## **Список литературы**

### **1. Нормативно-правовые акты и документы**

Программа «Студия современной хореографии «Сияние» составлена в соответствии с основными нормативно-правовыми актами и документами:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, с изм. И доп., вступ. В силу с 01.09.2024);
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Национальный проект «Молодежь и дети», утвержденный Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 года №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительством Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (с изменениями от 15 мая 2023 года № 1230-р);
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";
6. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (с изменениями от 21 апреля 2023 года);
7. Приказ Министерство труда и социальной защиты российской федерации от 22 сентября 2021 года n 652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";
8. Распоряжение Администрации Томской области от 17.04.2023 № 258-ра «О реализации Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей в Томской области»;
9. Приказ Департамента общего образования Томской области от 24.02.2021 № 7 «Об утверждении ведомственной целевой программы Томской области «Обеспечение получения дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, создание условий для дополнительного образования детей, содействие развитию системы общего образования и дополнительного образования детей, в том числе кадрового потенциала»;
10. Распоряжение Департамента общего образования Томской области от 20.04.2023 № 603-р «О развитии в системе общего образования Томской области Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей Томской области с использованием механизмов,

- предусмотренных Федеральным законом от 13 июля 2020 года № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
11. Постановление Государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
  12. Устав МАОУ ДО ДДТ «Искорка» г. Томска (Утвержден 27.04.2022 г.);
  13. Рабочая программа воспитания МАОУ ДО ДДТ «Искорка» г. Томска»;
  14. Положение о дополнительной общеобразовательной программе МАОУ ДО ДДТ «Искорка» г. Томска;
  15. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля и промежуточной аттестации МАОУ ДО ДДТ «Искорка» г. Томска.

## **2. Список использованной литературы при составлении программы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. — М.: Респекс, Люкси, 1996.
2. Бондаренко Л. Методика хореографической работы во внешкольных заведениях. — Киев, 2005.
3. Бочкарёва Н.И. Ритмика и хореография. — Кемерово.- Кемеровская государственная академия культуры и искусств, 2000.- 101с.
4. Ваганова А. «Основы классического танца» «Искусство», Ленинград 1963 Москва.
5. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. - М.: Советский спорт, 1990. - 64с.
6. Народно-сценический танец. Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ, Москва 1987г.
7. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). — Москва, 2006.
8. Пустовайтова М.И. Ритмика для детей 5 – 7 лет. — Владос, 2008.
9. Радынова О., Катинене А., Палавандишвили М. Музыкальное воспитание дошкольников. — М.: Просвещение. Владос, 1994. — 224 с.
10. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. — 2006.
11. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ: Танцевально-игровая гимнастика для детей. — СПб.: Детство – пресс, 2007.

## **3. Литература и источники информации для детей и родителей**

1. Титова М., Сироткина И. Зачем люди танцуют. История танца для детей.: Латвия, 2023, 80 с.