



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО
ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
муниципальное автономное учреждение дополнительного
образования города Калининграда Детско-юношеский центр
«На Молодежной»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО ДЮС
«На Молодежной»
Е. А. Новикова
«25» июня 2018 г.
ИНН 39060537

Приказ от «25» июня 2018 г. № 99-О

Дополнительная общеразвивающая
программа
«Мир танца»
для детей 12 - 15 лет, срок реализации 3 года.

Направленность:
физкультурно-спортивная

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Бобылева Инна Михайловна.

Принята на заседании
педагогического совета
«25» июня 2018 года
Протокол № 2

Калининград, 2018 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Направленность программы.

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно – спортивную направленность. Рассчитана на детей от 12 до 15 лет.

Программа составлена с учетом следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
 2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
 3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008
 4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
 5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"
- Устав МАУДО ДЮОЦ «На Молодежной».

Данная программа, составлена с учетом того, что учащиеся, окончившие основную ступень по программе «От первых шагов до танца на сцене» продолжают обучение по следующей ступени – ступени совершенствования мастерства общеразвивающей программы «Мир танца» и зачисляются в группы 8 года обучения.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (познавательное, патриотическое, развлекательное).

Современный социальный заказ на образование обусловлен и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость. Развивает творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, реализует познавательные возможности детей.

Новизна программы заключена в использовании многообразия средств хореографического искусства для формирования у детей ценности и значимости таких категорий как «хореографическое искусство» и «здоровье человека», а также развития творческой одаренности детей. Программа направлена на создание целостной культурно-эстетической среды для успешного развития ребенка.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец, элементам спортивно гимнастического стиля позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Педагогическая целесообразность

- целостность программы, систематичность и последовательность обучения;
- научность (связь теории с практикой) и актуальность учебного материала;
- единство воспитания, обучения и развития
- преемственность в обучении и воспитании
- принцип сотрудничества
- принцип индивидуального подхода к учащемуся
- принцип воспитания в коллективе и через коллектив
- принцип опоры на положительное в личности ребенка

Основные тематические направления программы:

- классический танец (практика) — основа любого танца. Развитие пластичности, образности;
- партерная гимнастика и ритмико-пластические навыки (практика) — физическое развитие детей (выворотность, гибкость, выносливость);
- акробатика и полуакробатика.

Ведущая идея программы

- создание культурной среды для развития и воспитания целостного эмоционального восприятия окружающего мира ребенка средствами

хореографического искусства, творческой самореализации личности ребенка, а также для социального и профессионального самоопределения.

Ключевые понятия

- Основы хореографии.
- Exercise (экзерсис) у станка и на середине зала.
- Положения, направления, позы, дополнительные движения.
- Прыжки.
- Вращения.
- Музыкальный ритм.
- Ритмико-пластические навыки.
- Танцевальные схемы и движения.
- Танцевальный шаг.
- Учебная комбинация.
- Импровизация.
- Современная хореография.
- Пластика и зажим.
- Гибкость и растяжка.
- Акробатика и полуакробатика.
- Опорно-двигательная система.
- Партерная гимнастика. ритмико-пластические навыки.
- Контрольное занятие.
- ОФП (общая физическая нагрузка).
- СФП (специальная физическая нагрузка).
- Предметная подготовка, работа с различным инвентарем для окраски танца (мяч, скакалка, обруч, шарф, шляпа, стул, детские игрушки, книга и т.д.).
- Линия танца.
- Основы композиции.
- Танцевальный репертуар.
- Концертная деятельность.

Целью программы является духовное и физическое воспитание детей на основе овладения ими основами хореографического мастерства, раскрытия их индивидуальных возможностей и максимальной реализации творческих способностей. Для осуществления поставленной цели решаются образовательные, воспитательные, оздоровительные и развивающие задачи, в связи, с чем предусмотрена интеграция различных видов танца: классического, джазового, современного, народного, массового, а так же элементов спортивно-гимнастического стиля.

Задачи программы:

Развивающие:

- развить творческие способности детей, фантазию, мышление, воображение, эстетический вкус;
- содействовать физическому развитию ребёнка, формировать осанку, правильное дыхание, эластичность мышц, подвижность;

- развитие основных физических данных гибкости, эластичности мышц и координации движений;
- развитие чувства ритма, темпа, умения согласовывать свои движения с музыкой;
- развитие образного мышления, фантазии, памяти и внимания;
- развить у детей творческое начало, умение применять элементы танца в импровизации;
- активизировать творческий процесс через постановочно-исполнительскую демонстрационную работу (концерты, конкурсы, фестивали).

Обучающие

- сформировать практические умения и навыки, оснастить необходимыми техническими приёмами;
- формировать навыки исполнения, как основных программных танцевальных движений, так и более сложных комбинаций и упражнений;
- сформировать специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
- формировать эмоционально-эстетическое восприятие окружающего мира через музыку и движение;
- приобщать учащихся к танцевальному искусству, расширять знания о танце и музыке.

Воспитательные

- воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности;
- воспитывать чувство любви к Родине, труду, чувство ответственности, патриотизма, формировать нравственные качества;
- воспитание чувства прекрасного в соприкосновении с музыкой и миром танца;
- воспитание культуры движения, координации, чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональности исполнения;
- воспитание коммуникативных способностей - умение работать в коллективе и в парах;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Оздоровительные

- укрепить здоровье при помощи искусства движений и средствами физической культуры, развить силу и выносливость,
- активизировать наиболее важные физиологические системы организма – сердечно - сосудистую и дыхательную.
- укрепить мышечный аппарат у детей, корректировать нарушения осанки.
- укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

Основные принципы программы.

Своеобразие и неповторимость каждого занятия, с одной стороны, не позволяют детям утомляться, а с другой – вызывают у них симпатию к педагогу и, как следствие, интерес к изучаемому предмету. Свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения должны быть характерными при выполнении детьми

музыкально-ритмических движений. Эта сложная задача может быть осуществлена при соблюдении следующих принципов: систематичность; постепенность; последовательность; повторность. Система упражнений строится по принципу “от простого к сложному” с учетом необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения.

Тщательно отобранные, совместно с концертмейстером, музыкальные произведения доступны для детского восприятия по стилю, жанру и характеру, имеют яркую выразительную мелодию, четкий метроритмический рисунок и, как правило, квадратные по форме.

Принципы отбора содержания

- содержание программы соответствует современным образовательным технологиям, отраженным в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности)

- содержание дополнительной образовательной программы «От первых шагов до танца на сцене» соответствует художественной направленности: достижениям мировой культуры, российским традициям, культурно-национальным особенностям регионов.

Основные формы и методы

1. Формы учебной деятельности:

- практическое занятие
- теоретическое занятие
- открытый урок
- контрольный урок
- класс-концерт
- самостоятельная работа
- мониторинг

2. Методы учебной деятельности:

- игра
- показ
- упражнение
- творческое задание
- соревнования
- рассказ-беседа-обсуждение
- викторина
- сообщения учащихся
- тестирование, анкетирование
- коллективное творчество

1. Формы воспитательной деятельности:

- концерты
- конкурсы, фестивали
- экскурсии
- летний лагерь
- совместное проведение отдыха (праздники, дни рождения, тематические вечера)
- беседа

2. Методы воспитательной деятельности:

- поощрение
- общественное мнение
- воспитывающая ситуация
- педагогическое требование

Возраст детей и их психологические особенности

Средний школьный возраст (11-13 лет)

Обычно группы детей этого возраста представляют собой дружный, сплоченный коллектив, обладающий известной танцевальной подготовкой. В этом периоде дети отличаются особой чувствительностью и повышенной возбудимостью, что должно чутко учитываться педагогом. Дети начинают проявлять подчеркнутую самостоятельность, их активность приобретает определенную целенаправленность. Однако активность эта имеет ещё детские черты: поставив себе какую-либо задачу, подросток иногда быстро изменяет ей, увлекшись каким-нибудь другим делом. Педагогу приходится проявлять много такта и большое терпение. Отличаясь повышенной чувствительностью, дети болезненно воспринимают критику, и педагогу следует осторожно и очень корректно указывать на недостатки (несовершенство движений, неправильное понимание характера танца, заносчивость в отношении с товарищами и т.д.)

Старший школьный возраст (14-18 лет)

Подростки этого возраста являются активными помощниками педагога. Понять идею произведения, передать и отразить мысли и чувства, выражаемые в танце, справиться технически с исполнением того или иного танца – вот задачи, которые решает подросток вместе с педагогом. На занятиях и в концертной деятельности они являются первыми помощниками.

Основной раздел программы.

По программе продолжают обучаться дети, окончившие подготовительную ступень по программе «Путешествие в волшебный мир танца», основную ступень по программе «От первых шагов до танца на сцене» или дети прошедшие отбор и выполнившие определенный набор упражнений, схем и движений, соответствующих определенному году обучения по программе.

Ступень совершенствования мастерства – это группы 8 и 10 года обучения.

Как правило, в этих группах продолжают обучение девочки, для которых занятия становятся образом жизни. Задачи, решаемые в группах совершенствования мастерства это совершенствование исполнительского и актерского искусства, ориентирование на успехи и достижения, пробуждение интереса к профессии. Большое внимание уделяется эмоциональной окраске танца, образу в нем, в обучении сочетается осмысление с творческим поиском учащихся. При организации образовательного процесса используются методы наблюдения и анализа, объяснения и демонстрации, убеждения, стимулирования, создания ситуации успеха для каждого ребенка, соревнования, программированный контроль.

Учащиеся, освоившие программу «Мир танца» и желающие продолжать заниматься хореографией, приобретать профессиональные навыки зачисляются в группы первого года обучения на основную ступень по программе «Вдохновлённые танцем».

Особенности набора детей.

По данной программе обучаются дети, окончившие подготовительную ступень по программе «Путешествие в волшебный мир танца». Основную ступень по программе «От первых шагов до танца на сцене», либо дети прошедшие отбор и выполнившие определенный набор упражнений, схем и движений, соответствующих определенному году обучения по программе, с хорошими природными данными, а так же не имеющими медицинские противопоказания.

Мониторинг образовательных результатов

Способы отслеживания и фиксации результатов.

Отслеживание результата – это видение того, насколько идет продвижение к цели, задач поставленных в программе, ориентированных на воспитание и развитие детей.

Вводный (входной) мониторинг.

При работе по данной программе вводный (входной) мониторинг проводится на первых занятиях объединения с целью выявления образовательного и творческого уровня детей, их способностей. Он проходит в форме собеседования, наблюдения, выполнения упражнений.

Промежуточный мониторинг.

Текущий контроль (промежуточный мониторинг) проводится для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля традиционные: тестирование, наблюдение, игровые программы, соревнования, концертные выступления, и нетрадиционные: контрольные занятия и контрольные нормативы ОФП и СФП, листки самоконтроля, индивидуальные опросники, подготовка для обучающихся творческих заданий по пройденной теме. При такой форме контроля можно проследить степень интереса ребенка к деятельности степень усвоения программы.

Итоговый мониторинг.

Оптимальным вариантом итогового контроля (итоговый мониторинг) в объединении, является сдача нормативов ОФП и СФП, а так же проведение отчетного концерта с самоанализом концертного выступления в форме просмотра и беседы.

Примеры форм проведения мониторинга см. в приложении «методические рекомендации».

Условия реализации программы.

Музыка в танце имеет первостепенное значение, поэтому обязательным условием является наличие концертмейстера. Умение аккомпанировать движению или танцу, чувствовать все его нюансы, оттенки – составляет особенность работы музыкального работника. Он первый помощник педагога. И от того, насколько эмоционально и грамотно будет он играть на уроке, репетиции, во многом зависит успешность обучения

Занятия по хореографии должны проходить в специально оборудованном зале. Рабочее место учащихся имеет большое значение. Как будет оформлен зал, какой цвет стен, какое освещение класса, какая основа пола, какой станок – все это психологически воздействует на учащихся, определяет их эмоциональное состояние, поведение, отношение к занятиям, уровень усвоения знаний. Очень важно на одной из стен установить зеркало. Это поможет учащемуся проверить правильность формы исполняемого движения постановки корпуса, позы, положения рук.

Дети должны заниматься в специальной форме, предназначенной для исполнения движений у станка и на середине зала. Внешний вид воспитывает аккуратность, подтянутость учащихся, дисциплинирует их на уроках. Помещение для занятий должно быть чистым и хорошо проветриваться, так как во время исполнения движений приходится усиленная нагрузка на сердце и легкие. Так же для занятий необходима мягкая танцевальная обувь балетки и джазовки.

Продолжительность учебного года в МАУДО ДЮЦ «На Молодежной»

Начало учебного года: 1 сентября

Окончание учебного года – 31 мая

Продолжительность учебного года (аудиторные занятия) – 36 недель

Продолжительность летнего периода

Начало периода - 1 июня

Окончание периода - 31 августа

Продолжительность летнего периода (внеаудиторные занятия) – 12 недель

На летний период программа рассчитана для всех годов обучения.

Комплектование групп – с 1 сентября по 15 сентября

В группах обучается от 12 до 20 человек.

Регламент образовательного процесса:

Продолжительность учебной недели – 6 дней с 8.30 до 20.00 час.

Количество учебных смен: 2 смены

1 смена: 8.30 – 13.30 ч. 2 смена: 14.00 – 20.00 ч.

Объем образовательной нагрузки:

Количество максимальной аудиторной нагрузки на одну группу

- 8-10 год - 6 часов в неделю, что составляет 216 ч. в год;

Занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором МАУДО ДЮЦ «На Молодежной».

Занятия проводятся в форме репетиций, открытых занятий, соревнований, вечеров встреч, фестивалей, праздников, проходят систематически. Итоговыми являются открытые занятия (раз в полугодие) и отчетные культурно – массовые мероприятия.

Режим занятий, периодичность, количество часов на реализацию программы.

Занятия ступени совершенствования мастерства 8-10 года обучения проходят три раза в неделю по 2 часа, 216 часов в год, 648 часов за три учебных года.

За три года обучения по программе реализуется 648 учебных часов.

УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ

Учебный план 8 год обучения.

Название раздела	Общее количество часов	Практика	Теория	Формы контроля
1. Основы хореографии	20	20		Тестирование по курсу «Хореография»
2. Танцевальные схемы и движения	20	20		СФП
3. Партерная гимнастика и ритмико-пластические навыки	40	40		ОФП
4. Танцевальный репертуар (постановочная работа)	90	90		Контрольные занятия, концертные выступления
5. Мониторинг		30		Контрольные нормативы
6. Концертная деятельность	10	10		Концертные, конкурсные выступления
7. Беседы и лекции			6	Тестирование, беседы
8. Общее количество часов	216	210	6	

Подбор музыкальных произведений к учебно-тематическому планированию 8 года обучения разрабатывается концертмейстером коллектива.

Учебный план 9 год обучения.

Название раздела	Общее количество часов	Практика	Теория	Формы контроля
1. Основы хореографии	20	20		Тестирование по курсу «Хореография»
2. Танцевальные схемы и движения	25	25		СФП

3. Партерная гимнастика и ритмико-пластические навыки	35	35		ОФП
4. Танцевальный репертуар (постановочная работа)	90	90		Контрольные занятия, концертные выступления
5.Мониторинг		30		Контрольные нормативы
6.Концертная деятельность	10	10		Концертные, конкурсные выступления
7.Беседы и лекции			6	Тестирование, беседы
8.Общее количество часов	216	210	6	

Подбор музыкальных произведений к учебно-тематическому планированию 9 года обучения разрабатывается концертмейстером коллектива.

Учебный план 10 год обучения.

Название раздела	Общее количество часов	Практика	Теория	Формы контроля
1. Основы хореографии	20	20		Тестирование по курсу «Хореография»
2. Танцевальные схемы и движения	20	20		СФП
3. Партерная гимнастика и ритмико-пластические навыки	40	40		ОФП
4. Танцевальный репертуар (постановочная работа)	90	90		Контрольные занятия, концертные выступления
5.Мониторинг		30		Контрольные нормативы
6.Концертная деятельность	10	10		Концертные, конкурсные выступления

7.Беседы и лекции			6	Тестирование, беседы
8.Общее количество часов	216	210	6	

Подбор музыкальных произведений к учебно-тематическому планированию 10 года обучения разрабатывается концертмейстером коллектива.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	1 полугодие		Контрольный срез знаний освоения образовательной программы	Зимние праздники	2 полугодие		Промежуточная /итоговая аттестация	Всего аудиторных недель	Летний период	Всего внеаудиторных недель
1	01.09.-31.12.	18 нед.	22-28.12.	01.01. -11.01.	12.01. -31.05.	18нед.	24.05 -31.05.	36	01.06-31.08.	13 нед.
2	01.09.-31.12.	18 нед.	22-28.12.	01.01. -11.01.	12.01. -31.05.	18нед.	24.05-31.05.	36	01.06.-31.08.	13 нед.
3	01.09.-31.12.	18 нед.	22-28.12.	01.01. -11.01.	12.01. -31.05.	18нед.	24.05-31.05.	36	01.06.-31.08.	13 нед.

Содержание программы «От первых шагов до танца на сцене».

8-10 год обучения.

Вводное занятие.

№1. Инструктаж техники безопасности: Правила поведения в Детском центре и на занятиях хореографии. Сцена. Правила поведения за кулисами. Правила техники безопасности на сцене.

Беседа «ОБЖ»: правила поведения на улицах и дома. Правила безопасного поведения на дорогах. Правила пожарной безопасности.

№2. Беседа «ОБЖ»: правила поведения на улицах и дома, правила безопасности на дорогах. Правила пожарной безопасности. Правила поведения на льду, профилактика ОРВИ.

Классический танец-

в течение учебного года идет тщательная проработка всех ранее выученных движений. Больше время уделяется упражнениям, комбинациям, прыжкам на середине. Большинство упражнений выполняется на полупальцах. Повторение пройденного материала .

Изучение новых движений

(на середине):

- батман тандю из I позиции в сторону
- деми-плие в I, II, III, V позиции (2 такта 4/4)
- батман тандю и деми-плие в I позиции в сторону, вперед и назад
- батман тандю и деми-плие слитное (у палки)

- позы эффасе, круазе, экарте вперёд и назад (у палки)
- ронд де жамб ан лер (лицом к палке)
- батман сотеню без полупальцев (у палки)
- батман фраппе на 25° в сторону, вперёд, назад (у палки) – 1 такт 4/4, затем 1 такт 2/4
- батман фондю на 25° (у палки)
- релеве лян на 90° назад (одной рукой за палку)
- перегиб корпуса назад (лицом к палке)
- III пор де бра (4 такта 4/4)
- поза 2 арабеск (у палки)
- эшаппе (лицом к палке) – 2 такта 4/4

На середине:

- батман тандю и деми-плие по всем направлениям
- ронд де жамб партер ан деор и ан дедан с остановками на точках
- релеве лян на 45° в сторону, вперёд
- батман тандю жете в I позиции в сторону, вперёд
- 1, 2, 3 арабески
- прыжки в I II V позициях

Лицом к палке:

- па де бурре с переменной ног – 1 такт 3/4
- ассамбле
- ронд де жамб ан лер (одной рукой за палку)
- па балансе (у палки)
- па балансе (на середине)
- гранд батман жете на носок вперёд, в сторону, назад (у палки)

На середине:

- гранд плие в I II V позициях ан фас
- батман фраппе по всем направлениям носком в пол
- пти батман
- релеве лян назад на 45°
- батман дубль фраппе в сторону, вперёд, назад носком в пол
- батман тандю жете в I позиции назад
- батман тандю жете в V позиции в сторону, вперёд
- батман фондю носком в пол по всем направлениям
- шажман де пье
- эшаппе
- ассамбле
- поднимание на полупальцах в позициях (одной рукой за палку)
- сиссон семплъ
- плие в I, II, V, IV позициях эпальман
- подготовка к ронд де жамб ан лер
- релеве лян в сторону, вперёд, на 90°
- девлопе в сторону, вперёд
- гранд батман жете в сторону, вперёд
- тан лие на полу вперёд

- батман сотеню

На середине:

- ронд де жамб ан лер ан деор и ан дедан

- девлопе назад

- гранд батман жете назад

- тан лие обратно

- жете

- балансе с руками и головой

- батман фраппе, дубль фраппе, фондю по всем направлениям на 25°

- па де бурре, с руками в подготовительном положении

Партерная гимнастика и ритмико-пластические навыки-

на данном этапе идет закрепление всех ранее полученных знаний, сохраняя все то, что было заложено на ранних годах обучения:

-развивать гибкость крупных и мелких суставов, эластичность мышц и связок (цель: увеличение амплитудности движений);

-правильно сформировать мышечный корсет и хорошо развить опорно-двигательный аппарат (цель: лёгкость в исполнении движений и сила подачи импульса движения, способность держать равновесие);

-развивать координацию движений (цель: освоение сложной танцевальной техники, быстрота воспроизведения нового материала);

-развивать умение синхронизировать движение с музыкой (цель: умение чётко и музыкально исполнять хореографический материал, умение синхронизировать движения с коллективом);

-развивать зрительную и мышечную память (цель: лёгкое и быстрое усвоение нового материала, а также закрепление пройденного);

-развивать умение правильно и ровно дышать (цель: развитие выносливости и лёгкости исполнения при сложных физических нагрузках);

Танцевальные схемы и движения-

обобщает весь пройденный материал. Комбинации должны быть выстроены так, чтобы каждый учащийся мог показать свои возможности и способности. На последнем этапе обучения внимание уделяется выразительности исполнения и музыкальности воспитанников, совершенствованию исполнительского и актерского искусства, ориентированию на успехи и достижения. Значительная часть учебного времени отводится на репетиционный процесс.

Танцевальный репертуар (постановочная работа)- Разучивание танцевальных композиции в разных стилях и соединение их либо в танцевальный коллаж, либо в отдельные номера. Танцевальные композиции создаются на основе учебных комбинаций по всем основным принципам построения танцевальной композиции (драматургия, музыка, текст, рисунок).

-развивать апломб (цель: умение наиболее выгодно себя подать, красиво двигаться в условиях сценического пространства);

-расширить лексический и стилистический багаж;

-выработать правильную технику исполнения движений;

-развить танцевальность, координацию и умение придать движениям выразительность (движения не должны носить механический характер);

- выработать умение чувствовать рисунок танцевальной композиции;
 - научить импровизировать на основе изученного материала и воплощать в индивидуальной манере наиболее полно свои музыкальные ощущения.
- «Море и небо сошлись в поединке», «Дриады», «Когда в душе горит огонь», «Я вспомнил миг истории далекой...», «Тень каравеллы», «Калинка», «Я, ты, он, она», «Дорогою добра», «Белая рапсодия», «Танго», «Миф о русалке», «Крокодил не ловится, не растёт кокос», «Дробь барабанов в стук копыт»

Теория

- Профилактика травматизма.
- Анатомия и физиология.
- Основы композиции.
- Импровизация в двигательной деятельности.
- Психологическая подготовка.
- Развитие современной хореографии.

Мониторинг

- контрольные занятия
- контрольные нормативы
- творческие задания
- открытое занятие
- творческий отчёт

Ожидаемые результаты.

Ступень совершенствования мастерства (8-10 года обучения)

8 - 10 года обучения – этап углубленной специализации и совершенствования. Основной задачей является освоение азбуки хореографии. Развиваются выворотность ног, танцевальный шаг, правильная постановка корпуса, гибкость, устойчивость, лёгкий прыжок, чёткая координация движений. Также большое внимание уделяется воспитанию художественной окраске движений. Движения рук должны становиться более свободными и вместе с тем активными, это важно при исполнении больших поз, туров, прыжков. Значительная роль в художественной окраске движений принадлежит корпусу. Лёгкие прогибы и наклоны его координируются с движениями рук, поворотами и наклонами головы. Последующие три года обучения наряду с развитием выносливости, силы и устойчивости, воспитывают более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, которые должны быть не только пластичными и выразительными, но и активно участвовать в исполнении туров и прыжков. Программа строится на повторении пройденного материала, и на изучении новых движений. Всё это необходимо для дальнейшего развития техники и профессиональных навыков.

Учащиеся должны знать и уметь:

- имеют навык сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;
- умеют координировать работу головы, корпуса, рук и ног;
- увеличилась гибкость позвоночника, подвижность суставов, эластичность связок и мышц;
- значительно улучшились темпо-силовые показатели у всех детей;
- знают основы правильного дыхания при движении;
- освоили хореографическую нумерацию точек класса, знают основные направления движения, умеют использовать пространство класса относительно зрителя;
- сохраняют высокий уровень двигательной активности на протяжении всего урока.
- знают, что любое танцевальное движение выполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки;
- могут определить размер незнакомого музыкального произведения и передать хлопками его ритмический рисунок;
- умеют распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный и т.д.);
- приобретают теоретические знания;

Самостоятельно исполнить.

-Классический экзерсис (станок, середина):

demi plie;

grand plie;

battement tandu;

battement tandu jete;

port de bras.

Ряд движений экзерсиса (battement fondu, battement frappe, battement developpe) исполняются на полупальцах.

Все движения классического экзерсиса исполняются на середине зала, как en face, так и в позах.

Demi-plie и grand plie по всем позициям; различные виды поворотов (glissade, soutenu, chaine) и pirouettes. Прыжки исполняются en face и в позах.

Лицом к палке:

- па де бурре с переменной ног – 1 такт 3/4
- ассамбле
- ронд де жамб ан лер (одной рукой за палку)
- па балансе (у палки)
- па балансе (на середине)
- гранд батман жете на носок вперёд, в сторону, назад (у палки)

На середине:

- гранд плие в I II V позициях ан фас
- батман фραπε по всем направлениям носком в пол
- пти батман
- релеве лян назад на 45°
- батман дубль фραπε в сторону, вперёд, назад носком в пол

- батман тандю жете в I позиции назад
- батман тандю жете в V позиции в сторону, вперёд
- батман фондю носком в пол по всем направлениям
- шажман де пье
- эшаппе
- ассамбле
- поднимание на полупальцах в позициях (одной рукой за палку)
- сиссон семпл
- плие в I, II, V, IV позициях эпальман
- подготовка к ронд де жамб ан лер
- релеве лян в сторону, вперёд, на 90°
- девлопе в сторону, вперёд
- гранд батман жете в сторону, вперёд
- тан лие на полу вперёд
- батман сотеню.

Вместе с тем перечисленные движения классического экзерсиса являются подготовкой к тем или иным элементам современного танца, поэтому исполняются в эстрадном стиле, который диктует манеру данного движения.

- Этюды на выразительность.
- ОФП контрольные нормативы на гибкость, силу, выносливость, координацию.
- Элементы полуакробатики и акробатики.
- Концертные номера. На каждом году обучения разучивается от 2 до 3 танцевальных номеров. Репертуар должен сохраняться в течении всех годов обучения. Значение концертных номеров трудно переоценить. Танец, поставленный на основе движений, усвоенных на занятии, поможет развитию артистичности. Технически усложнять концертные номера можно для особо одарённых детей, но делать это надо постоянно и осторожно.

На третьем году обучения суммируются приобретённые воспитанниками за все года обучения знания и навыки, необходимые для изучения наиболее сложных движений танца в их законченной, профессиональной форме. Особое внимание уделяется работе над художественной выразительностью и музыкальностью обучающихся. Одним словом, всё направленно на то чтобы воспитанники, заканчивая обучение в студии, были готовы вступить на самостоятельный артистический путь.

Программа последних трех лет обучения насыщена трудными движениями во всех направлениях.

Основные задачи обучения:

- поддержание достигнутого уровня развития и дальнейшее совершенствование физических качеств;
- освоение новых движений и их совершенствование;
- дальнейшее совершенствование выразительности движений, музыкальности, актёрского мастерства;
- освоение нагрузок большего объёма и высокой интенсивности;

- развитие творческих способностей и индивидуальности;
- воспитание морально-волевых качеств и чувства ответственности за подготовку и участие в концертной деятельности;
- приобретение теоретических знаний;
- совершенствование техники исполнения концертных номеров.

Достичь хорошего качества исполнения возможно только при сознательной работе, при постоянном самоконтроле. Старшие воспитанники должны чётко знать, как правильно исполняется каждое движение, а также анализировать возможные ошибки при исполнении. Если девочки приучены к такой вдумчивой, внимательной работе, то есть самоконтролю, педагогу не надо много говорить во время исполнения движений.

Техника и индивидуальность – вот те критерии, которые должны определить для себя как педагог, так и воспитанники.

Методическое обеспечение программы.

Основные педагогические принципы.

Дети не смогут выполнять движения под музыку свободно и красиво, если схема или игра разучиваются сразу, без предшествующих подготовительных упражнений, направленных на освоение необходимых двигательных, танцевальных навыков.

Перед выполнением движений и началом занятий необходимо обучить детей правильно занимать исходное положение, соблюдать координацию движений рук и ног, следить за осанкой. Свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения должны быть характерными при выполнении детьми музыкально-ритмических движений. Эта сложная задача может быть осуществлена при соблюдении следующих принципов:

- систематичность,
- постепенность,
- последовательность,
- повторность.

Музыкальное сопровождение занятий.

Музыка выполняет ряд специальных функций:

- благодаря музыке танец является эффективным средством эстетического воспитания. В процессе занятий дети знакомятся с музыкальной грамотой, с понятиями ритма и метроритма, структуры метра и такта, формы и жанра музыки. Это помогает им глубоко воспринимать музыку, развивает у них художественный вкус. Музыка помогает решать и другие задачи эстетического воспитания, как, например, воспитание чувства красоты движения, культуры поведения;
- музыка имеет значение при обучении движениям, в особенности при воспитании выразительности и артистичности;
- музыкальное искусство обладает большой силой непосредственного эмоционального воздействия. Под музыку легче переносятся большие физические

и психические нагрузки, повышается работоспособность, ускоряются процессы восстановления;

- музыка на занятиях должна быть простой, доступной и выразительной;
- для музыкального сопровождения используются классические произведения, мелодии народных песен и танцев, а также современная музыка.

Классификация занятий:

По педагогическим задачам:

- обучающее;
- тренировочное (совершенствование техники исполнения);
- контрольное;
- составительное;
- восстановительное;
- теоретическое.

По величине нагрузки:

- ударное;
- среднее (оптимальное);
- умеренное;
- разгрузочное.

По организации проведения:

- индивидуальное;
- фронтальное;
- групповое;
- самостоятельное.

Структура занятия – состоит из трёх частей, подготовительной, основной и заключительной.

1. В подготовительной части занятия решаются следующие задачи:

- организация занимающихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия.

Продолжительность от 15 до 45 минут. В подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе. Разновидности ходьбы и бега, различные танцевальные соединения, общеразвивающие упражнения. Данные упражнения способствуют мобилизации внимания, подготавливают суставно-мышечный аппарат, сердечно - сосудистую и дыхательную системы для последующей работы.

2. Содержанием основной части занятия являются упражнения программного материала. Основная часть занятия может быть однонаправленного характера, например совершенствование танцевальной связки, постановка и разучивание нового номера, а может носить сложный, комплексный характер, что особенно характерно для старшего возраста детей. Решаются задачи занятия с помощью большого арсенала различных движений: элементов классического танца, историко-бытовых и народных танцев, элементов свободной пластики, общеразвивающих упражнений.

3. Заключительная часть занятия позволяет снизить нагрузку снять утомление, чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи будущего. Занятия обычно проводятся три раза в неделю по два часа.

Занятия строятся на следующих 4 принципах:

- соразмерность отдельных частей занятия;
- подбор упражнений и последовательность их исполнения;
- чередование нагрузки и отдыха;
- составление учебных комбинаций.

Последовательность упражнений на занятии строго определена. Сначала подбираются упражнения, локально воздействующие на голеностопные, коленные и тазобедренные суставы, затем с постепенным увеличением амплитуды движений, включая в работу все более крупные группы мышц.

На занятиях решаются такие задачи как:

- укрепление опорно-двигательной системы;
- развитие звуковосприятия музыкальной и ритмичной организации;
- формирование мыслей, образа движения, сочетание образного мышления с двигательными навыками;
- снятие мышечных комплексов, зажимов, привитие любви к свободному, раскрепощенному движению;
- развитие навыков владения дистанцией и рационального размещения в рисунке танца;
- развитие творческой фантазии;
- воспитание чувства красоты, меры и соразмерности;
- создание творческой, эмоционально-насыщенной атмосферы занятий;
- утверждение принципа творческой реализации каждого члена студии;
- продолжение развития традиций коллектива, сотрудничество воспитанников разных поколений;
- коллективная творческая деятельность детей и педагога;
- повышение роли семьи в жизни воспитанников, совместное творчество детей и родителей.

За период обучения в студии эстрадно-спортивного танца все ученики приобрели опыт собственной творческой деятельности, принимая участие в концертах, конкурсах и фестивалях районного, городского, областного, международного уровня. Смогли показать результаты своего творчества на открытых занятиях для родителей, педагогов района, города и области.

Этапы обучения.

Процесс обучения может быть условно разделен на 3 этапа.

- 1-й этап – создание предварительного представления о разучиваемом движении,
- 2-й – его углубленное разучивание и, наконец,
- 3-й этап – его совершенствование.

Создание предварительного представления опирается на ряд характерных методов и приемов. Основными из них являются:

1. Использование терминологически точного наименования упражнения, которое при условии знания терминологии сразу создает определенное двигательное представление о движении.

2. Показ упражнения, с помощью которого создается в первую очередь зримый образ движения.

3. Объяснение упражнения, с помощью которого уточняются детали техники, элементы выразительности движения и другие нюансы.

4. Предварительное ознакомление с движением – его первичное, пробное, исполнение.

Из числа перечисленных методов и приемов наиболее важную роль играют показ и объяснение. К показу предъявляются следующие требования: точность, направленность на решение вполне определенных задач, соответствие данному этапу освоения упражнения. Давая образное объяснение, педагог добивается нужной выразительности каждого движения, но вместе с тем уточняет и необходимые элементы техники.

Разучивание упражнения.

Создание предварительного представления о движении непосредственно, без ярко выраженной границы, переходит в этап углубленного разучивания.

Как только сформировано предварительное представление о разучиваемом движении и в процессе начального обучения устранены наиболее грубые ошибки, можно считать, что ребенок перешел к процессу совершенствования.

Совершенствование движения – наиболее трудоемкий этап. Он включает работу над выразительностью движения, точностью выполнения. Совершенствование сложных упражнений может продолжаться многие месяцы.

Методы и приемы обучения.

Методы обучения можно подразделить на следующие группы:

-методы устного изложения знаний: рассказ, объяснение, лекция, беседа;

-метод иллюстрации и демонстрации при устном изложении изучаемого материала;

-методы закрепления изучаемого материала: повторение пройденного материала, создания ситуации успеха для каждого ребенка, стимулирования;

-методы самостоятельной работы учащихся по осмыслению и усвоению нового материала;

-методы работы по применению знаний на практике и выработке умений и навыков: праздники, концерты, конкурсы, фестивали, открытые занятия;

-методы проверки и оценки знаний, умений и навыков учащихся: повседневное наблюдение за воспитанниками, устный опрос (индивидуальный, фронтальный), контрольные занятия и нормативы, соревнования, программированный контроль.

Принято выделять 2 основных метода обучения упражнениям. Это метод целостного освоения упражнения и метод обучения посредством расчленения.

Целостный метод. Практически любое упражнение, трудность которого соответствует уровню подготовки воспитанниц, может быть освоено целостно. Вместе с тем следует учитывать, что использование целостного метода обучения подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту двигательную базу входят элементы, которые необходимы как сами по себе, например, элементы хореографической подготовки, так и элементы, позволяющие на их основе осваивать более сложные упражнения. Например, изучение такого движения, как вертикальное равновесие нога вперед или назад,

проводится целостно, однако оно основывается на владении системой упражнений (батман тандю, батман жэтэ, батман девлоппэ, гран батман жэтэ и др.).

Метод расчленения применяется в основном при изучении относительно сложных упражнений, а также для коррекции двигательного навыка, для исправления некоторых ошибок или работе над выразительностью движений в отдельных его фазах, например всякий прыжок в художественной гимнастике может быть разделен на несколько стадий действий.

В процессе освоения упражнения могут применяться различные методы работы:

1. Оперативный комментарий и пояснение. В процессе работы над движением большое значение имеют указания, которые дает педагог в ходе выполнения упражнения. Эти указания играют роль внешнего управляющего момента, с помощью которого ребенок может оперативно представить собственные действия. При этом педагог всегда чутко реагирует на характер движения воспитанниц и, внося коррекцию, тем самым применяет принцип обратной связи.

2. Музыка как фактор обучения. Музыкальное сопровождение можно рассматривать и как фактор воздействия на ребенка в процессе обучения упражнениям. Изменяя темп, ритм музыкального сопровождения, акцентируя отдельные детали движения, можно управлять действиями воспитанниц, меняя их характер. Правильная методика применения музыки способствует усвоению двигательного навыка.

3. Приемы физической помощи применяются достаточно часто, в особенности при необходимости скорректировать действия детей. Так, при освоении прыжка шагом возможно применение помощи, благодаря чему увеличивается длительность фазы полета. В результате ребенок получает возможность лучше прочувствовать характер действия при исполнении этого движения. Например, с помощью педагога воспитанница может лучше ощутить координацию движений при исполнении волны и аналогичных движений, когда ее собственные действия непосредственно физически управляются руководителем.

Часто применяются различные приемы фиксации, с помощью которых в ощущениях закрепляется наиболее верное положение, характерное для той или иной фазы упражнения.

4. В процессе обучения движениям важен самоконтроль действий со стороны детей. Чрезвычайно важен при этом зрительный анализатор. Наиболее простой и распространенный прием – это работа перед зеркалом. Напротив, выполняя отдельные фазы движения или упражнение целиком с закрытыми глазами, можно лучше сосредоточиться на двигательных ощущениях и тем самым повысить эффект освоения упражнения.

Основная ступень технически - хореографическая (4-7 год обучения).

Задача основного этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию детьми закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения. А так же изучение новых движений у станка и на середине зала. Совершенствование техники исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений. На середине зала осваивается техника исполнения танцевальных номеров. Главным

условием обучения на этом этапе является – целостное выполнение композиции. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом. Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка и переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку. Этап совершенствования упражнения и творческого самовыражения считается завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Сохраняя все то, что было заложено на ранних годах обучения, следует обратить внимание на решение таких задач как:

- расширить творческий кругозор;
 - дать ключ к пониманию танца не как набора модных механических движений, а как искусства, отражающего внутренний мир людей;
 - познакомить детей с художественными принципами различных видов сценического, бытового, народного, современного танца;
 - развивать гибкость крупных и мелких суставов, эластичность мышц и связок (цель: увеличение амплитудности движений);
 - правильно сформировать мышечный корсет и хорошо развить опорно-двигательный аппарат (цель: лёгкость в исполнении движений и сила подачи импульса движения, способность держать равновесие);
 - развивать координация движений (цель: освоение сложной танцевальной техники, быстрота воспроизведения нового материала);
 - развивать умение синхронизировать движение с музыкой (цель: умение чётко и музыкально исполнять хореографический материал, умение синхронизировать движения с коллективом);
 - развивать зрительную и мышечную память (цель: лёгкое и быстрое усвоение нового материала, а также закрепление пройденного);
 - развивать умение правильно и ровно дышать (цель: развитие выносливости и лёгкости исполнения при сложных физических нагрузках);
 - развивать апломб (цель: умение наиболее выгодно себя подать, красиво двигаться в условиях сценического пространства);
 - расширить лексический и стилистический багаж;
 - выработать правильную технику исполнения движений;
 - развить танцевальность, координацию и умение придать движениям выразительность (движения не должны носить механический характер);
 - выработать умение чувствовать рисунок танцевальной композиции;
 - научить импровизировать на основе изученного материала и воплощать в индивидуальной манере наиболее полно свои музыкальные ощущения.
- Разучивание танцевальных композиции в разных стилях и соединение их либо в танцевальный коллаж, либо в отдельные номера. Танцевальные композиции создаются на основе учебных комбинаций по всем основным принципам построения танцевальной композиции (драматургия, музыка, текст, рисунок). Участвующие в композициях дети учатся не только исполнять технические

задания, но и проявлять индивидуальность в исполнении танца. Каждый может проявить свою индивидуальность, выработать свой стиль и манеру. В композициях помимо групповых построений с чётко поставленной лексикой используются дуэты и соло с импровизацией. В этой части занятия наиболее ярко должны проявиться знания и навыки, приобретённые в процессе обучения. Изучение новых движений у станка и на середине зала. Совершенствование техники исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений. На середине зала осваивается техника исполнения танцевальных номеров.

На протяжении всего периода обучения ведется репетиционно - постановочная работа, основными задачами которой являются: наработка техники танца, разучивание новых танцевальных движений, максимальное раскрытие творческого потенциала детей, развитие актерского мастерства.

Ступень совершенствования мастерства (8-10года обучения) - обобщает весь пройденный материал. Комбинации должны быть выстроены так, чтобы каждый учащийся мог показать свои возможности и способности. На последнем этапе обучения внимание уделяется выразительности исполнения и музыкальности воспитанников, совершенствованию исполнительского и актерского искусства, ориентированию на успехи и достижения. Значительная часть учебного времени отводится на репетиционный процесс.

Совершенствуя методику преподавания танца, обогащая лексикон и эмоциональную выразительность движений, педагог, должен стремиться к тому, чтобы хореографическая подготовка учащихся отвечала современному уровню развития танцевальной направленности. “ Ведь кругом жизнь, все растет, меняется, все движется вперед. Поэтому рекомендую... наблюдать за жизнью и за искусством, никогда не останавливаться на достигнутом, с годами обогащая и усложняя занятия” А.Я.Ваганова. Не оставляя без внимания талантливые находки и новые направления, без колебаний следует вводить новые движения, схемы, подготавливая учениц к работе над современными подготовками.

В конечном итоге система направлена к тому, чтобы научить “танцевать всем телом”, добиться гармоничности движений, расширить диапазон выразительности, а главное научить воспитанниц сознательному подходу к каждому движению, к повторению усвоенного.

Материально - техническое обеспечение.

- Хореографический зал
- Музыкальный инструмент – пианино для концертмейстера
- Зеркала
- Хореографический станок
- Музыкальный центр, усилительные колонки.
- Ноутбук
- Скакалки (10 штук)

- Гимнастические мячи (10 штук)
- Гимнастические обручи (10 штук)

Формы проведения мониторинга.

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

Концерт является основной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации учащихся.

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

Способы отслеживания результатов реализации программы учебного курса «хореография»

№ п/п	Фамилия Имя	Уровень сформированности музыкальности и чувства ритма.			Уровень развития (сформированности) координаций тела и движений.			Уровень сформированности собранности, умение концентрировать свое внимание		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий

Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка.

Цель диагностики - выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития эффективности)

Метод диагностики - наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

1. Музыкальность - способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами педагогического воздействия), темпом и ритмом. Оценивая соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагогом).

2. Пластичность, гибкость – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника.

3. Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (общеразвивающие упражнения, танцевальные движения и схемы).

4. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса исполнения движений.

5. Память – способность запомнить музыку и движения. Виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная.

6. Эмоциональная сфера – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции, умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

7. Творческие направления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а так же придумывать собственные.

8. Подвижность (лабильность) нервных процессов – проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки.

9. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка – скованность, общительность, экстраверсия-интроверсия.

10. Терпение – высокий уровень, когда терпения ребенка хватает на все занятие.

11. Самоконтроль – высокий уровень, когда ребенок контролирует себя сам, низкий, контроль извне.

12. Конфликтность – высокий уровень, когда ребенок старается улаживать конфликты, низкий – провоцирует конфликты.

КРУГОВОЙ ТЕСТ 0ФП (развитие двигательных качеств)

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

№ п/п	Фамилия Имя	КРУГОВОЙ ТЕСТ 0ФП (развитие двигательных качеств)													

КРУГОВОЙ ТЕСТ СФП (развитие двигательных качеств)

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

№ п/п	Фамилия Имя	КРУГОВОЙ ТЕСТ СФП (развитие двигательных качеств)													

Примерные упражнения для кругового теста по ОФП и СФП:

правый шпагат, левый шпагат, поперечный шпагат, прыжок с руками, зависной прыжок, подскоки с руками, высокий шаг на пальцах, круглый полуприсед, мост, корзинка, складка, уголок с разводом в поперечный шпагат, прогиб с коленок, равновесия у опоры, схемы на координацию с мячом, схемы на координацию с обручем, танцевальные схемы, связки с широкими прыжками, связки с вращениями.

«Диагностическая таблица индивидуального развития»

Фамилия Имя										
Качества.	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II

Двигательная активность										
Интерес к занятиям.										
Тип установки.										
Терпение.										
Самоконтроль.										
Общительность.										
Уровень конфликтности.										
Тип сотрудничества.										
Отношение к людям.										

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

«Журнал учета развития учащихся»

Фамилия Имя										
Результаты тестирования.	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II

Курс «хореография»										
Музыкальное и психомоторное развитие										
Круговой тест.										
Индивидуальное развитие.										
«Листок воспитанника» оценивание исполнительского мастерства.										
«Листок воспитанника» собственного исполнительского мастерства.										
«Листок воспитанника» оценивание и анализ танца.										

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____ полугодие
 20__г. Педагог _____

ЛИСТОК ВОСПИТАННИКА

(оценивание исполнительского мастерства)

Ф.И. воспитанника _____ № группы _____

Ф.И. исполнителя _____ № группы _____

Оцените танцора (10 – прекрасно, 8 – хорошо, 6 – нужно работать над улучшением):

—

Энергичность и четкость движений _____

Сосредоточенность _____

Внимание к музыке _____

—

Уверенность и подготовленность _____

Знание движений, хореографии _____

Понимание характера музыкального сопровождения _____

—

Координация движений _____

Собранность и внимание _____

Выразительность движений _____

—

Яркость и индивидуальность _____

Индивидуальная работа и работа в коллективе _____

Желание хорошо исполнить номер _____

Отметьте: _____

Оценка соученика (общий балл).

Что я рекомендую танцору, чтобы повысить качество выступления (для всех пунктов, по которым стоит отметка

«6»)?: _____

ЛИСТОК ВОСПИТАННИКА

(собственное исполнительское мастерство).

Ф.И. воспитанника

№ группы

Вопрос.	Ответ.
Назови номер (танец) в котором ты наиболее уверена в своем исполнительском мастерстве. <u>Почему?</u>	
Назови номер (танец) в котором ты не уверена в своем исполнительском мастерстве. <u>Почему?</u>	
Какое музыкальное направление тебе наиболее близко и под какую музыку тебе легче исполнять номер (танец)? <u>Почему?</u>	
Существуют ли у тебя проблемы исполнительского мастерства, что именно не получается, как ты исправляешь ошибки и повышаешь качество техники исполнения?	

Над развитием, каких физических качеств тебе стоит поработать?	
Хотела бы ты исполнять сольный номер? Почему?	
Что для тебя репетиция? Изнурительная тренировка приносящая радость реализации труда на конкурсах и концертах, или приятно проведенное время в хорошей компании с громкой музыкой. Добавь свою версию!	
Составь список качеств, присущих хорошему исполнителю (танцору).	
Испытываешь ли ты волнение перед концертом, конкурсом? Волнение мешает тебе реализовать свои способности на сцене?	
Твоя самооценка за исполнение танцевальных номеров в данном учебном году (от 0 до 10). Почему именно эта оценка?	
Что для тебя танец? Сможешь ли ты прожить без репетиций, конкурсов, концертов?	

Укажи составляющие присущие хорошему выступлению (на конкурсе, концерте и т.д.).	
«Массовый танец»- это общая работа всего коллектива или каждого исполнителя отдельно?	
Отметь те вопросы, на которые было тяжело отвечать. Спасибо!	

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

ЛИСТОК ВОСПИТАННИКА

(оценивание и анализ танца).

Ф.И. воспитанника _____ № группы _____

Название номера: _____

Постановка: _____

	Что собирался выразить хореограф, реализовал он или не реализовал свой замысел (есть ли в танце кульминация в какой части)	Примеры реализации замысла посредством движений, хореографических компонентов, музыки, костюмов, реквизита. Оригинальность, своеобразие танцевальной композиции.	Что понравилось, а что не понравилось, почему?
Начало танца (вступление)			
Основная часть танца			
Заключительная часть танца (финал)			

Студия «АНТРЕ» Группа № _____ год обучения. _____
 полугодие 20__ г. Педагог _____

Список литературы.

01. Аникеева Н. П. Воспитание игрой., Психологическая наука школе. Просвещение 1997.
02. Асмолов А. Г. Психология личности., Принципы общепсихологического анализа. М. изд-во Моск. ун-та, 1990.
03. Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А., Вяткина З.Н., и др. Теория и методика физического воспитания: учеб. Для студентов фак. культ. пед. Ин-тов по спец. 03.03. – М.: просвещение, 1990.
04. Батуев А.С. Психическое и физическое здоровье молодежи // Валеология. – Ростов-на-Дону, 2000, № 1.
05. Бекина С.И. и др. «Музыка и движение», М., 1983.
06. Боброва Г.А. Искусство границ. – Ленинград: Детская литература, 1986.
07. Боброва Г.А. Художественная гимнастика в спортивных школах.- М.: Физкультура и спорт, 1974.
08. Боброва Г.А. Художественная гимнастика в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
09. Боген Н.Н. Обучения двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
10. Богославский В. В. и др. Общая психология. М. Просвещение, 1981.
11. Богуславская З. М., Смирнова Е. О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. М. Просвещение 1991.
12. Бондаренко А. К., Матусик А. И. Воспитание детей в игре. М. Просвещение, 1983.
13. Бланин А.А. Становление физических качеств дошкольников в зависимости от их двигательной активности и соматотипа. Автореферат диссертации на соискание учебной степени кандидата пед. Наук. МГАФК – Малаховка, 2000.
14. Быкава А.И. и Осокина Т.И. Развитие движений у детей в детском саду. М. , Академия пед.наук РСФСР, 1968.
15. Васильева Е.Ю., Новгородова Т.С. Конкурс педагогов дополнительного образования "Сердце отдаю детям" (Опыт подготовки и проведения). - М.: ГОУ ДОД ФУРСДОД, 2005. - 64 с. (Серия "Библиотечка для педагогов, родителей и детей").
16. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- СПб., 2000.
17. Варанина Т.Т., Варшавская Р.А., Зинковский А.В. и др. Художественная гимнастика: учебное пособие для институтов физической культуры/Под ред. Орлова Л.П.- М.:Физкультура и спорт, 1973.
18. Ветрова В.В. Уроки психического здоровья. – М., 2000.
19. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М.: Владос, 1999.
20. Гласс Дж., Стенли Дж. статические методы исследований в педагогике и психологии. - М.: Прогресс, 1976.
21. Гринберг М., Тараканов М. Современный мюзикл.-М., 1982;
22. Грохольский Г.Г. Двигательная активность детей дошкольного возраста: Метод. Рекомендации, АФВ и СРБ. – Мн, 1992.
23. Гужаловский А.А. Основы методики и теории физической культуры: учебник для техникумов физической культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1986.

24. Добрецова Н.В. Построение открытого занятия. Вопросы и ответы // Биология в школе, 2003. №7.
25. Елесева И.И., Юзбашев М.М. Общая теория статистики: учебник /Под ред. Чл. корр. РАН И.И. Елисевой.-4изд. перераб. и доп. - М.: Финансы и статистика, 2000.
26. Запорожец А.В. и Т.А. Маркова. Основы дошкольной педагогики. М., 1980.
27. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976.
28. Зворыгина Е. В. Первые сюжетные игры малышей. М. Просвещение, 1988.
29. Зик К. Ребенок и его мир. М. Просвещение 1985.
30. Карпенко Л.А. Отбор и начальная подготовка занимающихся художественной гимнастикой: методические рекомендации. - Ленинград 1999.
31. Красовская В.М. ст. «О классическом танце» в кн. Н.Базарова, В.Мей «Азбука классического танца», Л., 1983.
32. Кечетджиева Л., Ванкова Н., Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. -М.: Физкультура и спорт, 1985.
33. Коренберг В.В. Двигательная задача, двигательный навык.- Гимнастика, вып.1, 1986
34. Лагутин А.Б. Двигательное задание и упражнение для физического развития для детей 4-6 лет: Методическая разработка для студентов и слушателей факультета повышения квалификации Академии. - М.: Типография фирмы «Аякс-Н», 1996.
35. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика.- М.: Физкультура и спорт, 1982.
36. Лях В.И. Гибкость и методика её развития//Физкультура в школе. №1, 1999.
37. Лях В.И. Совершенствование специфических координационных способностей//Физическая культура в школе, №2, 2001.
38. Мавроматия Д. Упражнения художественной гимнастики.-М.: Физкультура и спорт, 1972.
39. Максакова А. И., Тумакова Г. А. Учите играя. М. Просвещение, 1983
40. Менджрицкая Д. В. Воспитание детей в игре. М. Просвещение, 1982.
41. Мессер А.М. «Танец. Мысль. Время.», М., 1990.
42. Никитин Б. П. Ступеньки творчества или развивающие игры. М. Просвещение, 1991.
43. Никитин В.Ю. Модерн-джаз-танец в системе хореографического воспитания музыкального и драматического театров: Автореферат дисс.-М., 1996.
44. Назарова О.М. Методика проведения занятий по художественной гимнастике с детьми 5-6 лет: Методическая разработка для тренера. - М.: 2001.
45. Печора К. Л. и др. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. М. Просвещение 1986.
46. Рубштейн.Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000. <http://rubstein.ru> nina@rubstein.ru ICQ#219955692
47. Семёнов Л. Советы тренерам: Сборник упражнений и методических рекомендаций.-М.: Физкультура и спорт, 1964.
48. Стуколкина Н. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972.

49. Сократов Н.В. Комплексно-целевая программа по валеологии «Не дай цветку сломаться» для учреждений дополнительного образования // Внешкольник, № 5. – Оренбург, 2000.
50. Соковня-Семенова И.И. Основы физиологии и гигиены детей и подростков. – М.: Академия, 1999.
51. Тамбиев А.Э., Медведев С.Д., Литвиненко О.В. Синдром дефицита внимания у детей младшего школьного возраста (обзор)// Валеология. – Ростов-на-Дону, 2000, №1
52. Уронтаева Г. Дошкольное воспитание. Дидактическая игра как средство развития произвольной образной памяти у старших дошкольников. 1992.
53. Филатов С.В. «От образного слова – к выразительному движению», М., 1993.