

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Металлургический Центр детского творчества г. Челябинска»

РАССМОТРЕНО
(на научно-методическом совете)
№ 2 от «26» 08 2026

УТВЕРЖДАЮ
Директор Е.В. Худяков
«09» 09 2026



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Шаг вперед»**

Возраст детей: 10-18 лет
Уровень: продвинутый
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
Буюкли Ольга Георгиевна,
педагог дополнительного образования

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ:	
1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	9
1.3.	Учебный план	10
1.4.	Содержание программы	11
1.5.	Планируемые результаты	26
1.6.	Воспитательная работа	27
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	31
2.1.	Календарный учебный график	31
2.2.	Условия реализации программы	31
2.3.	Формы аттестации	33
2.4.	Оценочные материалы	34
2.5.	Методическое обеспечение программы	36
2.6.	Список литературы	37
3	Раздел 3. Приложение	39

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность. Танец является одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Он таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю - танец раскрывает духовные силы человека, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Ребенок, вступая в жизнь, стремится выразить себя в творчестве. Особенно ярко это проявляется в танце, в движениях.

В условиях учреждения дополнительного образования есть достаточно возможностей для проведения воспитательной работы по выявлению творческого потенциала, раскрытию неординарности личности, созданию ситуации успеха для каждого ребенка.

В основе программы используется личностно-ориентированный подход, который ставит в центр образовательной системы личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализации ее природных потенциалов, т.е. имеет целью свободное и творческое развитие ребенка.

В рамках поддержки личного и профессионального самоопределения обучающихся в содержание ДОП/ 3 модуля включен профориентационный компонент «Мой выбор».

В соответствии со ст.13, ст.15, п.7 ч.1 ст.34 Федерального закона от 29 декабря № 273- ФЗ «Об образовании в РФ» и приказом Минпросвещения России от 05.08.2020 г № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» реализация данной ДОП возможна в сетевой форме реализации с использованием ресурсов иной образовательной организаций в соответствии с договором с иной ОО.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец.

Основополагающими документами при составлении общеобразовательной программы являются:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02 февраля 2021г. №38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019г. №467»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Письмо Минпросвещения России от 30 декабря 2022 N АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»);
- Закон Челябинской области от 29.08.2013 № 515-30 «Об образовании в Челябинской области»;
- Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 30.12.2020 № 01/2795 «Об утверждении Концепции развития региональной системы воспитания и социализации обучающихся Челябинской области на 2021–2025 годы»;
- Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от

01.02.2021 № 01/253 «Об утверждении Концепции выявления, поддержки и развития у детей и молодёжи Челябинской области»;

- Устав МБУДО «МЦДТ г. Челябинска».
- Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБУДО «МЦДТ г. Челябинска» и порядке их утверждения.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Отличительными чертами данной программы является то, что она содержит в себе материал не по одному конкретному танцевальному направлению, а знакомит детей с разными хореографическими стилями и их особенностями в соответствии с их хронологическими этапами возникновения и развития.

1. Сочетание различных, наиболее интересных и актуальных, стилей современного танца – Фристайл, R’n’B, различные техники Джаз-танца, – которые осваиваются воспитанниками поэтапно и впоследствии комбинируются:

- **Фристайл (Freestyle)** – (англ. «свободный стиль») – техника современного танца, основанная на широких амплитудных движениях, которые свободно координируются друг с другом в любой последовательности, что помогает развить способность к импровизации.

- **Rythm & Blues (R’n’B)** – (англ. «ритм и блюз») – одно из самых популярных направлений современного танца, основанное на музыке, соединяющей ритм и мелодичную канву. Динамичный танцевальный стиль, сочетающий акцентирование отдельных частей тела, прыжки, падения, вращения и несложные элементы акробатики. Особенность стиля – мягкость, расслабленность, лёгкая развязность движений. Развивает свободу движения, лёгкость и непосредственность исполнения.

- **Джаз-танец** – направление в хореографии, сложившееся на основе африканских народных ритмов и танцев.

Характерные особенности: совершенная свобода и координация движений всего тела, ритмичность, динамика, импульсная техника.

Основные принципы:

Импровизация – природное свойство джазовой музыки и джазового танца.

Полиритмия – разные части тела движутся в разных ритмах.

Полицентрия – движение возникает из разных частей тела (голова, плеча, колена) часто посредством импульса. Требуется владения техникой изоляции.

Основные техники: изоляция, contraction – release, коллапс, импульс, мультипликация, волна.

Джазовый танец способствует физическому и эмоциональному раскрепощению, развивает чувство ритма, музыкальность, пластичность, эмоциональную выразительность, творческое отношение к танцу.

2. Особое внимание в программе уделяется **развитию творческих способностей** воспитанников средствами современной хореографии. Для этого используются импровизационные техники, специальные методики развития творческого мышления (креативности).

Особенности методологии современной хореографии.

Партерная техника (разминка на полу, на середине зала), заменяющая или дополняющая экзерсис у станка, способствует выработке устойчивости, координации, эмоционального отношения к танцу; развивает мягкость, плавность, бесшумность движений.

Активное освоение пространства зала (передвижения в разных направлениях во время освоения техники танца) даёт ощущение свободы, помогает физическому и психологическому раскрепощению, снимает зажимы, страх ошибки, развивает пространственное мышление, периферийное зрение, чувство партнёров.

Работа на осознание своего тела, его возможностей (методики танцевально-двигательной терапии, эмоционального тренинга) – техники изоляции, прыжки, падения, чередование напряженности и расслабленности мышц требуют выработки правильного дыхания, развивают чувство собственного тела, его экспрессивных возможностей, воспитывают осознанность движений и помогают сбалансировать эмоциональное и физическое состояние.

Импровизация, контактные техники – развивают актёрские способности, творческую интуицию, спонтанность, лёгкость движения, способствует освобождению от комплексов общения, помогает раскрыться творческому потенциалу личности.

Основой для построения программы явились следующие педагогические принципы:

1. Принцип культурологичности, предполагающий понимание предмета как одного из взаимосвязанных элементов человеческой культуры, содержащих прошлый культурный опыт человечества и включающих его в сегодняшнюю жизнь.

2. Принцип вариативности и свободы выбора, он необходим для самореализации личности.

3. Принцип эмоциональной насыщенности. Занятия искусством дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют

положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.

4. Принцип креативности предполагает развитие и активизацию творческих способностей каждого ребенка.

5. Принцип индивидуализации имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.

6. Принцип диалогичности предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.

7. Принцип интеграции основан на взаимопроникновении специфического языка одного искусства в другой. На основе общих выразительных средств дети ищут параллели в различных видах искусства, раскрывая художественный образ.

8. Принцип систематичности, последовательности и преемственности содержания эстетического воспитания и хореографического образования.

9. Принцип доступности, обеспечивающего переход от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Педагогическая целесообразность

Изучение разных стилей современного танца, особенностей их пластического языка, использование разной музыки – расширяет диапазон танцевальных и артистических возможностей воспитанников, развивает интеллект, художественно-эстетический вкус.

Адресаты программы

Программа рассчитана на занятия с учащимися 10-18 лет. Принимаются дети не на конкурсной основе, по желанию.

Наполняемость групп – 12-30 человек.

Возрастные особенности детей 10-18 лет

Подростковый возраст от 10-12 до 14-15 лет. Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Анатомо-физиологические сдвиги в развитии подростка порождают психологические новообразования. Характерными новообразованиями подросткового возраста есть стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

Старший школьный возраст — 15-18 лет (ранняя юность). Главное психологическое приобретение ранней юности — это открытие своего внутреннего мира, внутреннее «Я». Главным измерением времени в самосознании является будущее, к которому он (она) себя готовит. Ведущая деятельность в этом возрасте — учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечта и идеалы.

Задания, предлагаемые каждой возрастной группе, в зависимости от ситуации можно варьировать, переставлять местами, уменьшая или увеличивая

время на их выполнение. Педагог вправе предлагать другие аналогичные темы, органично входящие в русло программы. Программа не только не должна ограничивать педагога в его творческих поисках, но, наоборот, служить определённым стимулом к ним.

Программа не адаптирована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в связи с отсутствием соответствующего уровня квалификации у педагога, реализующего программу.

Уровень программы: продвинутый.

Срок реализации – 2 года.

Объем программы:

Программа рассчитана на 2 года обучения.

1 год обучения: 216 часов в год.

Модуль 1

2 год обучения: 144 часа в год.

Модуль 2

2 год обучения: 216 часов в год.

Общее количество часов на весь период обучения (36 учебных недель):

Модуль 1 - 360ч

Модуль 2 - 432ч.

Форма обучения – очная, с использованием дистанционных образовательных технологий.

Программа может реализовываться с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Цифровое образовательное пространство позволяет решать задачи формирования информационно-коммуникационной культуры обучающихся, развивать их творческий потенциал.

Дистанционные образовательные технологии используются для обеспечения усвоения обучающимися содержания образовательных программ в случаях невозможности посещения занятий учащимися в связи с активированными днями и карантинными мероприятиями:

- по неблагоприятным погодным условиям;
- по болезни или в период карантина;
- находящихся на длительном лечении;
- не находящихся на спортивных сборах, соревнованиях, конкурсах и т.д;
- в период не рабочих дней учреждения.

Формы реализации образовательного процесса: групповая, подгрупповая.

Групповая / индивидуальная, набор в группы носит свободный характер, состав групп постоянный.

Численный состав учебных групп, а также продолжительность групповых и индивидуальных занятий определяется, исходя из психологических особенностей и физических данных обучающихся и имеющихся условий организации образовательного процесса, согласно требованиям СанПина.

Режим занятий

Режим занятий в объединении определен Уставом МБУДО «МЦДТ г. Челябинска». Обучающиеся занимаются в объединении по группам, подгруппам согласно расписанию.

На протяжении двух лет обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность занятия не более 45 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – развитие творческих способностей воспитанников в процессе обучения современному танцу.

Задачи:

Предметные:

- сформировать знания в области современного хореографического искусства;
- сформировать навыки выразительности и музыкальности в передаче образов, «языка» движений, их красоту;
- обучить танцевальным движениям, композициям на их основе;
- обучить навыкам выражения собственных ощущений, используя язык хореографии; культуре движения и культуре поведения в танце;
- познакомить с самобытностью национальных культур, связанных с жизненным укладом народов, костюмами, народными инструментами.

Личностные:

- формирование устойчивого интереса к художественно - эстетической деятельности как основы становления личности;
- развитие физической выносливости,
- формирование правильной постановки корпуса, осанки,
- развитие хореографической памяти и хореографического мышления;
- гармонизация отношений с природой, людьми, искусством, самим собой;
- формирование способности эстетической оценки окружающего мира, эстетического вкуса;
- формирование добрых, нравственно здоровых отношений в танцевальном коллективе, основанном на толерантности и уважении друг к другу.

Метапредметные

- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- развитие коммуникативных способностей ребенка;
- развитие гибкости, координации движений, чувство ритма, музыкальный слух, эмоциональности исполнения.

1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Общее кол-во часов	В том числе:		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	-	О
2.	Изоляция	16	4	12	ПН
3.	Общая физическая подготовка	42	4	38	ПН
4.	Экзерсис танца джаз-модерн	72	-	70	ПН,О
5.	Кросс (продвижение в пространстве)	10	2	8	ПН
6.	Партерная техника	30	2	28	ПН
7.	Репетиционно-постановочная работа	40	-	40	ПН,Д
8.	Контрольное занятие Итоговое занятие	2 2	-	4	ОЗ
9.	Всего часов	216	12	204	

ПН – педагогическое наблюдение Д- диагностика	ОЗ – открытое занятие (показ) О - опрос	
--	--	--

Учебный план 2-го года обучения

МОДУЛЬ 1

№ п/п	Наименование разделов	Общее кол-во часов	В том числе:		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	О
2.	Изоляция	8	4	4	ПН
3.	Общая физическая подготовка	21	4	17	ПН
4.	Экзерсис танца джаз-модерн	46	4	42	ПН,О
5.	Кросс (продвижение в пространстве)	8	2	6	ПН
6.	Партерная техника	25	2	23	ПН
7.	Репетиционно-постановочная работа	30	4	26	ПН,Д
8.	Контрольное занятие Итоговое занятие	2 2	-	2 2	ОЗ
	Всего часов	144	21	123	

МОДУЛЬ 2

№ п/п	Наименование разделов	Общее кол-во часов	В том числе:		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	О
2.	Изоляция	16	4	12	ПН
3.	Общая физическая подготовка	42	4	38	ПН

4.	Экзерсис танца джаз-модерн	72	-	70	ПН,О
5.	Кросс (продвижение в пространстве)	10	2	8	ПН
6.	Партерная техника	30	2	28	ПН
7.	Репетиционно-постановочная работа	40	-	40	ПН,Д
8.	Контрольное занятие	2	-	4	ОЗ
	Итоговое занятие	2			
	Всего часов	216	12	204	

ПН – педагогическое наблюдение Д- диагностика	ОЗ – открытое занятие (показ) О - опрос	
--	--	--

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Основные разделы программы

1. Вводное занятие.

Беседа по организационным вопросам, требованиям к внешнему виду, форме поведения, инструктаж по технике безопасности, знакомство с планом работы на год.

2. Танцевальная азбука (теоретическая часть).

Содержит в себе основные хореографические понятия и термины, а также беседы о танцевальном искусстве, его возникновении, развитии, о выдающихся танцорах разных времен и направлений.

3. Экзерсис (практическая часть).

Классическая, народная и современная хореография, постановка корпуса и головы, упражнения у станка, на середине зала, в партере, статичные и с продвижением.

4. Партерная гимнастика.

Упражнения рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Это позволяет без вреда, используя защитные силы организма, предупредить многие заболевания, так как, воздействуя на позвоночник, органы, мышцы, дыхательную и нервную системы, вырабатывается естественная сопротивляемость организма.

Упражнения партерной гимнастики направлены на: укрепление мышц спины и брюшного пресса прогиба назад, укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед, укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны, укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, укрепление и развитие стоп, укрепление мышц плечевого пояса. А также упражнения для тренировки равновесия и дополнительные упражнения.

5. Постановочно-репетиционная работа.

Выбору постановки танцевального номера придается соответствующее значение (идейно направленное, художественно ценное). Танцевальные движения,

их характер, рисунок танца, эмоциональная насыщенность должны логично сочетаться с музыкальным сопровождением.

Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:

-рассказать о быте, обычаях народа (если танец народный);

-рассказать сюжет танца.

2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).

3. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова).

4. Разучивание движений танца.

Сочинение и анализ танцевальных этюдов самими обучающимися.

6. Музыкальная грамота.

Основные музыкальные понятия, чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, определять музыкальный размер.

7. Танцевальный этикет.

Правила поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале и в танцевальном классе.

8. Актерское мастерство.

Роль мимики и жеста в исполнительском мастерстве танцора, подражание различным животным, явлениям природы и т.д.

9. Игровая деятельность (1-2 год обучения).

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение, как, например, в менуэте или кадрили. Программой предусмотрены сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, игры на развитие актёрского мастерства. Игры могут быть включены как в занятия, так и в отчетные концерты, итоговые занятия.

10. Концертная деятельность.

Выступления перед родителями, учителями, сверстниками. Происходит в каникулярное время на обобщающих занятиях, тематических мероприятиях, отчетных концертах.

1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Вводное занятие (1час-теория, 1час-практика)

Цель: заинтересовать занятиями современной хореографией; познакомить с правилами поведения в танцклассе и на занятиях.

Теоретические сведения: инструктаж по технике безопасности в танцклассе на занятиях; преимущественное отличие танца джаз-модерн, от других направлений и стилей

Понятийный аппарат: разминка на середине зала (a par terre), поклон-приветствие, поклон-прощание,

Практическая работа:

- поклон-приветствие,
- разминка a par terre,
- игра,
- поклон-прощание.

Раздел 2. Изоляция (16ч)

- голова

Zundari-квадрат

Zundari-круг

- Плечи

Twist

Шейк

- Грудная клетка

- Пелвис

- Руки

- Ноги

Используется ранее изученный материал.

Раздел 3. Общая физическая подготовка (42ч)

Цель: развитие физических способностей и совершенствование тела воспитанников, развитие выворотности, гибкости, силы, выносливости, развитие шага.

Теория:

Дать определения понятиям: позвоночник, мышцы, пресс, растяжка, шпагат.

Практика: выполнение упражнений на вытягивание позвоночника, развитие выворотности ног, укрепление и растяжку мышц.

Формы организации деятельности: фронтальная, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение),

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- выполнять упражнения ОФП.

Раздел 4. Экзерсис танца джаз-модерн (72ч)

I. DEMI и GRAND PLIE. Варианты изменений в исполнении могут быть следующими:

1. По параллельным позициям.
2. Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот во время исполнения demi и grand plie.
3. Изменение динамики исполнения, например, медленное приседание на 4/4 и резкий подъем на У*.
4. Соединение с releve и появление такого термина как pliereleve, т.е. сгибание коленей с одновременным подъемом на полупальцы.
5. Использование техники deep body bend, roll down и roll up.

II. BATTEMENT TENDU, BATTEMENT JETE

1. Исполнение по параллельным позициям.
2. Перевод из параллельного в выворотное положение и наоборот.
3. Исполнение с сокращенной стопой (flex).
4. Использование brash, т.е. стопа опускается на пол, а затем втягивается в И.П.
5. Соединения: а), с demi plie. б), с подъемом опорной пятки во время выноса на носок или броска, г), с подъемом опорной пятки во время закрытия. д) с полуповоротами и поворотами приемом fouette. е) с джаз-позицией.

III. ROND DE JAMBE PAR TERRE

1. Исполнение по параллельной и выворотной позиции.
2. Соединения:
а), с demi plie. б) с подъемом на 45. в), с сокращенной стопой (flex).
г) passé par terre. д) Arabesque.

IV. BATTEMENT FONDU, BATTEMENT FRAPPE

- а), с сокращенной стопой.
- б), с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.
3. Адажио. Модерн-джаз танец накопил достаточно много собственных лексических модулей для того, чтобы создавать адажио на своем материале. Основные цели, которые ставит педагог при создании комбинации: 1. Отработка устойчивости (апломба) и развитие шага (комбинация с использованием наклонов, спиралей торса, contraction и realise с одновременным подъемом "рабочей" ноги на 90 градусов и выше).

Отработка вращения в позах (комбинация с использованием tour lent и других видов партерных туров, fouette en tournant и pirouettes).

Отработка пространственного расположения (комбинация с использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству класса).

Виды движений:

Движения ног: 1. Battement developpe 2. Battement fondu 3. Battement releve lent 4. Demi и grand rond 5. Demi и grand plie 6. Grand battement 7. Flex стопы и колена

Движения корпуса: 1. Flat back 2. Curve 3. Arch 4. Lay out 5. Contraction, release

Позы и положения: 1. Attitude 2. Epaulment 3. Arabesque

Раздел 5. Кросс (продвижение в пространстве) (10ч)

Движения:

-Grand battement с тремя шагами по диагонали. -Grand rond в сочетании с pas chasse.

-Spider walk.

-Grand rond с переходом в партер.

Повороты на двух ногах:

1. Трехшаговый поворот вправо и влево.
2. Corkscrew – на demi-plie аналогичен soutenu en tournant. Скрещивание ноги спереди или сзади.
3. Tour chaine – меняя уровень: (на полупальцах, на всей стопе, на demi-plie).

Повороты на одной ноге:

1. В положении *cou-de-pied*, у колена, открыта в любое положение (вперед, сбоку или сзади)

2. На *demi-plie*, с закрытым коленом на *passé* по параллельным позициям. Повороты вокруг воображаемой оси. Изучаются на одной или двух ногах, техника аналогична классического танца.

Повороты на разных уровнях

1. Смена уровня и ног во время вращения: на месте сгибая колени (вниз и наоборот).

2. Штопор – из высоких полупальцев на всю стопу, и с переходом в *demi-plie*, с окончанием в колени или на полу.

Лабильные вращения. Группа поворотов где ось отклонена в каком-либо направлении. Это неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходя в стабильное вращение (т.е. с осью).

1. Лабильное вращение с шагом или несколько шагов.

2. Лабильное вращение с переходом в нижний уровень.

3. Лабильное вращение с падением и с переходом в джазовый шпагат.

Раздел 6. Партерная техника (30ч)

Комбинация в соответствии с изученными движениями.

1. Элементы движений из раздела разогрев, и изоляция.

2. Упражнения *stretch* – характера, для подвижности позвоночника.

3. Переход из разных уровней; Стоя – верхний уровень (на полупальцах); средний уровень (на всей стопе); нижний уровень (колени согнуты).

4. На четвереньках – опора на руках и коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руках; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках.

5. На коленях – стоя на двух коленях; стоя на одном колене другая открыта в любом направлении; сидя.

6. *Frog position* – с 1-2-3 позиции в положение *swastica*.

7. *Pinch* – позиция с переходом в джазовый шпагат.

8. *Crossed swastica* – лежа на спине; на животе; на боку.

9. Изоляция плеч, грудной клетки (стоя, на четвереньках); сидя по второй позиции; рук; ног в 1-2 позиции лежа на полу.

10. Упражнения на смену уровней в разных ритмических рисунках.

Раздел 7. Постановочно-репетиционная работа (40ч)

Цель: развитие танцевальных способностей воспитанников, артистизма и музыкальности; воспитание дисциплины и ответственности.

Понятийный аппарат: характер, настроение в танце.

Практическая работа: постановка коллективных (индивидуальных) хореографических композиций.

Формы организации деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение), творческие (участие в постановке).

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- исполнять свою партию в постановочной хореографической композиции;
- передавать эмоции, характер, настроение в танце.

Раздел 8. Контрольное занятие (2ч). Итоговое занятие (2ч)

Цель: подвести итоги 1 года обучения по программе «Шаг вперед», представить хореографические и артистические возможности воспитанников.

Форма проведения: открытое занятие в форме концерта.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ МОДУЛЬ 1 (144 часа)

Раздел 1. Вводное занятие (1час-теория, 1час-практика)

Цель: заинтересовать занятиями современной хореографией; познакомить с правилами поведения в танцклассе и на занятиях.

Теоретические сведения: инструктаж по технике безопасности в танцклассе на занятиях; преимущественное отличие танца джаз-модерн, от других направлений и стилей

Понятийный аппарат: разминка на середине зала (a par terre), поклон-приветствие, поклон-прощание,

Практическая работа:

- поклон-приветствие,
- разминка a par terre,
- игра,
- поклон-прощание.

Раздел 2. Изоляция (8ч)

- голова
 - Zundari-квадрат
 - Zundari-круг
- Плечи
 - Twist
 - Шейк
- Грудная клетка
- Пелвис
- Руки
- Ноги

Используется ранее изученный материал.

Раздел 3. Общая физическая подготовка (21ч)

Цель: развитие физических способностей и совершенствование тела воспитанников, развитие выворотности, гибкости, силы, выносливости, развитие шага.

Теория:

Дать определения понятиям: позвоночник, мышцы, пресс, растяжка, шпагат.

Практика: выполнение упражнений на вытягивание позвоночника, развитие выворотности ног, укрепление и растяжку мышц.

Формы организации деятельности: фронтальная, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение),

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- выполнять упражнения ОФП.

Раздел 4. Экзерсис танца джаз-модерн (46ч)

На 5-ом году обучения все комбинации видоизменяются и усложняются, элементы остаются те же.

1.Разогрев.

а), на середине класса,

б), в партере.

Можно выделить несколько групп движений:

а) движения, заимствованные из классического танца.

б) движения для разогрева и развития подвижности позвоночника.

в) упражнения stretch характера (растяжки).

г) упражнения свингового характера для расслабления позвоночника и суставов.

Упражнения на середине зала.

DEMI и GRAND PLIE.

Варианты изменений в исполнении могут быть следующими:

1. По параллельным позициям.

2. Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот во время исполнения demi и grand plie.

3. Изменение динамики исполнения, например, медленное приседание на 4/4 и резкий подъем на У*.

4. Соединение с releve и появление такого термина как pliereleve, т.е. сгибание коленей с одновременным подъемом на полупальцы. 5.Использование техники deep body bend, roll down и roll up.

II.BATTEMENT TENDU, BATTEMENT JETE

1. Исполнение по параллельным позициям.

2. Перевод из параллельного в выворотное положение и наоборот.

3. Исполнение с сокращенной стопой (flex).

4. Использование brash, т.е. стопа опускается на пол, а затем втягивается в И.П.

5. Соединения:

а) с demi plie.

б) с подъемом опорной пятки во время выноса на носок или броска,

г) с подъемом опорной пятки во время закрытия.

д) с полуповоротами и поворотами приемом fouette.

е) с джаз-позицией.

III. ROND DE JAMBE PAR TERRE

1. Исполнение по параллельной и выворотной позиции.

2. Соединения:

- а) с demi plie.
- б) с подъемом на 45.
- в) с сокращенной стопой (flex).
- г) passé par terre.
- д) Arabesque.

BATTEMENT FONDU

- а), с сокращенной стопой.
- б), с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.

2. Соединения:

- а) с demi plie.
- б) с подъемом на 45.
- в), с сокращенной стопой (flex).
- г) passé par terre.
- д) Arabesque.

GRAND BATTEMENT

Комбинация с продвижением в an face, по диагонали.

- а), с подъемом опорной пятки во время броска,
- б), по параллельным позициям.

Упражнения свингового характера.

Упражнения на смену уровней.

Упражнения для расслабления позвоночника.

Проработка движений: drop u swing roll down u roll up.

Изоляция: полиритмия и полицентрия. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

3. Адажио. Основные цели, которые ставит педагог при создании комбинации:

1. Отработка устойчивости (апломба) и развитие шага (комбинация с

использованием наклонов, спиралей торса, contraction и realise с одновременным подъемом "рабочей" ноги на 90 градусов и выше).

2. Отработка вращения в позах (комбинация с использованием tour lent и других видов партерных туров, fouette en tournant и pirouettes).

3. Отработка пространственного расположения (комбинация с использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству класса).

Виды движений:

Движения ног:

- 1. Battement developpe
- 2. Battement fondu
- 3. Battement releve lent
- 4. Demi и grand rond
- 5. Demi и grand plie

6. Grand battement

7. Flex стопы и колена

Движения корпуса: 1. Flat back 2. Curve 3. Arch 4. Lay out 5. Contraction, release

Позы и положения: 1. Attitude 2. Epaulment 3. Arabesque

Раздел 5. Кросс. (упражнения по диагонали) (8ч)

Вращения, как и прыжки, могут выполняться на месте и с продвижением в пространстве.

Основные виды поворотов:

на двух ногах;

на одной ноге;

повороты по кругу вокруг воображаемой оси;

повороты на различных уровнях;

лабильные вращения.

Повороты на двух ногах. Этот тип поворотов, как самый легкий, изучается первым.

Начинается изучение с так называемого "трехшагового поворота", который выполняется следующим образом:

И.П. 1 парал. поз. ног.

1. Шаг П.Н. вправо.

2. Шаг Л.Н. в том же направлении, одновременно полуповорот на 180 градусов.

3. Шаг П.Н. в том же направлении, завершая полный поворот.

4. Приставить Л.Н. к П.Н. Так же исполнить с продвижением влево с Л.Н. Corkscrew повороты повороты, аналогичные soutenu en tournant.

"Рабочая" нога скрещивается впереди или сзади опорной ноги, и поворот осуществляется в сторону ноги, которая оказывается сзади.

Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнителя, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах. *Tour chaine* выполняется так же, как в классическом танце, однако может измениться уровень вращения (на полупальцах, на полной стопе, на *demi plie*).

Повороты на одной ноге. Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно изменение положения "рабочей" ноги. Она может быть в положении *soi de pied*, "у колена", открыта в любом из направлений или находиться в положении *attitude*. Также возможны различные варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на *demi plie*.

Однако в любом варианте спина служит осью вращения, руками берется форс, а голова "держит точку". Как в классическом танце, действуют понятия *en dehors* и *en dedans*.

Повороты по кругу вокруг воображаемой оси. Выполняются на одной или двух ногах вокруг воображаемой оси.

Техника исполнения аналогична технике исполнения в классическом танце. Повороты на различных уровнях.

В модерн-джаз танце широко используются повороты, когда танцор меняет уровень расположения тела во время вращения. Эта смена может осуществляться и при вращении на месте, когда исполнитель, постепенно сгибая колени, опускается вниз или, наоборот, поднимается вверх ("штопорные повороты"), и при передвижении в пространстве, когда исполнитель меняет уровень постепенно.

Например, исполнить *tour chaines* по диагонали класса: четыре раза на полупальцах, четыре на полной стопе, четыре на *demi plie* и закончить поворотом на коленях. Повороты на коленях и ягодицах, а также различные виды перекатов в партере очень распространены в различных техниках современного танца.

Лабильные вращения. Во всех вышеописанных поворотах осью вращения служил позвоночник и центр тяжести располагался над опорной ногой. Однако в модерн-джаз танце существует группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Эти неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходом в стабильное вращение (т.е. с осью), либо исполнитель делает несколько шагов, чтобы обрести равновесие. Обычно исполняется не более одного лабильного поворота, и в основном эти повороты исполняются за счет сильного форса, который берут руками, головой или торсом. Положение рук во время вращения может быть различным: в любой из позиций или положений, описанных выше, скрещенными на груди, заведенными за поясницу и т.д. Но эти положения рук фиксируются уже во время самого вращения, перед ним руки должны взять форс и дать энергию для вращения.

При планировании "красса" педагог может использовать три варианта заданий:

1. Шаги, прыжки и вращения в определенной стилистике.
2. Отрабатывать отдельно какое-либо задание, например, технику вращения, технику прыжка или высоту броска ноги с помощью канканирующих шагов
3. Использовать т.н. "крассовые комбинации", в которых соединяются шаги, прыжки и вращения, а иногда и смена уровней, в единую схему.

Раздел 6. Партерная техника (25ч).

Комбинация в соответствии с изученными движениями.

1. Элементы движений из раздела разогрев, и изоляция.
2. Упражнения *stretch* – характера, для подвижности позвоночника.
3. Переход из разных уровней;
Стоя – верхний уровень (на полупальцах);
средний уровень (на всей стопе); нижний уровень (колени согнуты).
4. На четвереньках – опора на руках и коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руках; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках.
5. На коленях – стоя на двух коленях; стоя на одном колене другая открыта в любом направлении; сидя.
6. *Frog position* – с 1-2-3 позиции в положение *swastica*.
7. *Pinch* – позиция с переходом в джазовый шпагат.
8. *Crossed swastica* – лежа на спине; на животе; на боку.

9. Изоляция плеч, грудной клетки (стоя, на четвереньках); сидя по второй позиции; рук; ног в 1-2 позиции лежа на полу.

10. Упражнения на смену уровней в разных ритмических рисунках. мере усвоения усложняется как технически, так и ритмически.

Раздел 7. Постановочно-репетиционная работа (30ч)

Цель: развитие танцевальных способностей воспитанников, артистизма и музыкальности; воспитание дисциплины и ответственности.

Понятийный аппарат: характер, настроение в танце.

Практическая работа: постановка коллективных (индивидуальных) хореографических композиций.

Формы организации деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение), творческие (участие в постановке).

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- исполнять свою партию в постановочной хореографической композиции;
- передавать эмоции, характер, настроение в танце.

Раздел 8. Контрольное занятие (2ч). Итоговое занятие (2ч)

Цель: подвести итоги 2 лет обучения по программе «Шаг вперед», представить хореографические и артистические возможности воспитанников.

Форма проведения: открытое занятие в форме концерта.

МОДУЛЬ 2 (216 часов)

Раздел 1. Вводное занятие (1час-теория, 1час-практика)

Цель: заинтересовать занятиями современной хореографией; познакомить с правилами поведения в танцклассе и на занятиях.

Теоретические сведения: инструктаж по технике безопасности в танцклассе на занятиях; преимущественное отличие танца джаз-модерн, от других направлений и стилей

Понятийный аппарат: разминка на середине зала (a par terre), поклон-приветствие, поклон-прощание,

Практическая работа:

- поклон-приветствие,
- разминка a par terre,
- игра,
- поклон-прощание.

Раздел 2. Изоляция (16ч)

- голова

Zundari-квадрат

Zundari-круг

- Плечи

Twist

Шейк

- Грудная клетка
- Пелвис
- Руки
- Ноги

Используется ранее изученный материал.

Раздел 3. Общая физическая подготовка (42ч)

Цель: развитие физических способностей и совершенствование тела воспитанников, развитие выворотности, гибкости, силы, выносливости, развитие шага.

Теория:

Дать определения понятиям: позвоночник, мышцы, пресс, растяжка, шпагат.

Практика: выполнение упражнений на вытягивание позвоночника, развитие выворотности ног, укрепление и растяжку мышц.

Формы организации деятельности: фронтальная, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение),

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- выполнять упражнения ОФП.

Раздел 4. Экзерсис танца джаз-модерн (72ч)

На 5-ом году обучения все комбинации видоизменяются и усложняются, элементы остаются те же.

1.Разогрев.

- а), на середине класса,
- б), в партере.

Можно выделить несколько групп движений:

- а) движения, заимствованные из классического танца.
- б) движения для разогрева и развития подвижности позвоночника.
- в) упражнения stretch характера (растяжки).
- г) упражнения свингового характера для расслабления позвоночника и суставов.

Упражнения на середине зала.

DEMI и GRAND PLIE.

Варианты изменений в исполнении могут быть следующими:

1. По параллельным позициям.
2. Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот во время исполнения demi и grand plie.
3. Изменение динамики исполнения, например, медленное приседание на 4/4 и резкий подъем на У*.
4. Соединение с releve и появление такого термина как pliereleve, т.е. сгибание коленей с одновременным подъемом на полупальцы.
- 5.Использование техники deep body bend, roll down и roll up.

II.BATTEMENT TENDU, BATTEMENT JETE

1. Исполнение по параллельным позициям.

2. Перевод из параллельного в выворотное положение и наоборот.
3. Исполнение с сокращенной стопой (flex).
4. Использование brash, т.е. стопа опускается на пол, а затем втягивается в

И.П.

5. Соединения:

- а) с demi plie.
- б) с подъемом опорной пятки во время выноса на носок или броска,
- г) с подъемом опорной пятки во время закрытия.
- д) с полуповоротами и поворотами приемом fouette.
- е) с джаз-позицией.

III. ROND DE JAMBE PAR TERRE

1. Исполнение по параллельной и выворотной позиции.

2. Соединения:

- а) с demi plie.
- б) с подъемом на 45.
- в) с сокращенной стопой (flex).
- г) passé par terre.
- д) Arabesque.

BATTEMENT FONDU

- а), с сокращенной стопой.
- б), с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.

2. Соединения:

- а) с demi plie.
- б) с подъемом на 45.
- в), с сокращенной стопой (flex).
- г) passé par terre.
- д) Arabesque.

GRAND BATTEMENT

Комбинация с продвижением в an face, по диагонали.

- а), с подъемом опорной пятки во время броска,
- б), по параллельным позициям.

Упражнения свингового характера.

Упражнения на смену уровней.

Упражнения для расслабления позвоночника.

Проработка движений: drop u swing roll down u roll up.

Изоляция: полиритмия и полицентрия. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

3. Адажио. Основные цели, которые ставит педагог при создании комбинации:

1. Отработка устойчивости (апломба) и развитие шага (комбинация с

использованием наклонов, спиралей торса, contraction и realise с одновременным подъемом "рабочей" ноги на 90 градусов и выше).

2. Отработка вращения в позах (комбинация с использованием *tour lent* и других видов партерных туров, *fouette en tournant* и *pirouettes*).

3. Отработка пространственного расположения (комбинация с использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству класса).

Виды движений:

Движения ног:

1. *Battement developpe*

2. *Battement fondu*

3. *Battement releve lent*

4. *Demi* и *grand rond*

5. *Demi* и *grand plie*

6. *Grand battement*

7. Flex стопы и колена

Движения корпуса: 1. *Flat back* 2. *Curve* 3. *Arch* 4. *Lay out* 5. *Contraction, release*

Позы и положения: 1. *Attitude* 2. *Epaulement* 3. *Arabesque*

Раздел 5. Кросс. (упражнения по диагонали) (10ч)

Вращения, как и прыжки, могут выполняться на месте и с продвижением в пространстве.

Основные виды поворотов:

на двух ногах;

на одной ноге;

повороты по кругу вокруг воображаемой оси;

повороты на различных уровнях;

лабильные вращения.

Повороты на двух ногах. Этот тип поворотов, как самый легкий, изучается первым.

Начинается изучение с так называемого "трехшагового поворота", который выполняется следующим образом:

И.П. 1 парал. поз. ног.

1. Шаг П.Н. вправо.

2. Шаг Л.Н. в том же направлении, одновременно полуповорот на 180 градусов.

3. Шаг П.Н. в том же направлении, завершая полный поворот.

4. Приставить Л.Н. к П.Н. Так же исполнить с продвижением влево с Л.Н. Corkscrew повороты повороты, аналогичные *soutenu en tournant*.

"Рабочая" нога скрещивается впереди или сзади опорной ноги, и поворот осуществляется в сторону ноги, которая оказывается сзади.

Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнителя, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах. *Tour chaine* выполняется так же, как в классическом танце, однако может измениться уровень вращения (на полупальцах, на полной стопе, на *demi plie*).

Повороты на одной ноге. Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно

изменение положения "рабочей" ноги. Она может быть в положении *soi de pied*, "у колена", открыта в любом из направлений или находиться в положении *attitude*. Также возможны различные варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на *demi plie*.

Однако в любом варианте спина служит осью вращения, руками берется форс, а голова "держит точку". Как в классическом танце, действуют понятия *en dehors* и *en dedans*.

Повороты по кругу вокруг воображаемой оси. Исполняются на одной или двух ногах вокруг воображаемой оси.

Техника исполнения аналогична технике исполнения в классическом танце. Повороты на различных уровнях.

В модерн-джаз танце широко используются повороты, когда танцор меняет уровень расположения тела во время вращения. Эта смена может осуществляться и при вращении на месте, когда исполнитель, постепенно сгибая колени, опускается вниз или, наоборот, поднимается вверх ("штопорные повороты"), и при передвижении в пространстве, когда исполнитель меняет уровень постепенно.

Например, исполнить *tour chaines* по диагонали класса: четыре раза на полупальцах, четыре на полной стопе, четыре на *demi plie* и закончить поворотом на коленях. Повороты на коленях и ягодицах, а также различные виды перекатов в партере очень распространены в различных техниках современного танца.

Лабильные вращения. Во всех вышеописанных поворотах осью вращения служил позвоночник и центр тяжести располагался над опорной ногой. Однако в модерн-джаз танце существует группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Эти неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходом в стабильное вращение (т.е. с осью), либо исполнитель делает несколько шагов, чтобы обрести равновесие. Обычно исполняется не более одного лабильного поворота, и в основном эти повороты исполняются за счет сильного форса, который берут руками, головой или торсом. Положение рук во время вращения может быть различным: в любой из позиций или положений, описанных выше, скрещенными на груди, заведенными за поясницу и т.д. Но эти положения рук фиксируются уже во время самого вращения, перед ним руки должны взять форс и дать энергию для вращения.

При планировании "кросса" педагог может использовать три варианта заданий:

1. Шаги, прыжки и вращения в определенной стилистике.
2. Отрабатывать отдельно какое-либо задание, например, технику вращения, технику прыжка или высоту броска ноги с помощью канканирующих шагов
3. Использовать т.н. "кроссовые комбинации", в которых соединяются шаги, прыжки и вращения, а иногда и смена уровней, в единую схему.

Раздел 6. Партерная техника.

Комбинация в соответствии с изученными движениями.

1. Элементы движений из раздела разогрев, и изоляция.
2. Упражнения *stretch* – характера, для подвижности позвоночника.
3. Переход из разных уровней;

Стоя – верхний уровень (на полупальцах);
средний уровень (на всей стопе); нижний уровень (колени согнуты).

4. На четвереньках – опора на руках и коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руках; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках.

5. На коленях – стоя на двух коленях; стоя на одном колене другая открыта в любом направлении; сидя.

6. Frog position – с 1-2-3 позиции в положение swastica.

7. Pinch – позиция с переходом в джазовый шпагат.

8. Crossed swastica – лежа на спине; на животе; на боку.

9. Изоляция плеч, грудной клетки (стоя, на четвереньках); сидя по второй позиции; рук; ног в 1-2 позиции лежа на полу.

10. Упражнения на смену уровней в разных ритмических рисунках.
мере усвоения усложняется как технически, так и ритмически.

Раздел 7. Постановочно-репетиционная работа (40ч)

Цель: развитие танцевальных способностей воспитанников, артистизма и музыкальности; воспитание дисциплины и ответственности.

Понятийный аппарат: характер, настроение в танце.

Практическая работа: постановка коллективных (индивидуальных) хореографических композиций.

Формы организации деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Методы: репродуктивные (объяснение, демонстрация, упражнение), творческие (участие в постановке).

Ожидаемые результаты

Должны уметь:

- исполнять свою партию в постановочной хореографической композиции;
- передавать эмоции, характер, настроение в танце.

Раздел 8. Контрольное занятие (2ч). Итоговое занятие (2ч)

Цель: подвести итоги 2 лет обучения по программе «Шаг вперед», представить хореографические и артистические возможности воспитанников.

Форма проведения: открытое занятие в форме концерта.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Предметные:

учащиеся должны:

Знать

- хореографическую терминологию и пользоваться ею при опросе;
- выразительные и изобразительные функции музыки;
- правила исполнения танцевальных элементов;
- названия танцевальных движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

Уметь:

- ориентироваться в композиционном пространстве, совершать построения и перестроения в пространстве;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- музыкально исполнять танцевальные элементы, изученных танцевальных композиций, танцев;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- владеть элементами музыкально – пластической импровизации.

Личностные

- развитие познавательных интересов, в том числе в области музыкального искусства, желания посещать театры и др., читать литературу об искусстве, включая произведения о музыке и музыкантах, доступные пониманию обучающихся;
- умение решать актуальные задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели;
- выбор средств общения, использование речевых конструкций, форм, типичных для разговорной речи;
- владение достаточным запасом фраз и определений;
- приобретение навыков социокультурной адаптации, включая понимание жизненных ситуаций, в которых звучит музыка, используются различные виды музыкально – исполнительской деятельности;
- развитие эстетического взгляда на мир, духовно – нравственных и этических чувств, эмоционального отношения к искусству;

Метапредметные

- способность пользоваться речью при решении коммуникативных и познавательных задач в различных видах деятельности;
- готовность к планированию, контролю и оценке собственных действий, понимание их успешности, причин неуспешности, коррекции собственных действий;
- готовность к логическим действиям – анализу, сравнению, синтезу, обобщению, классификации;
- развитие психических процессов обучающихся: памяти, мышления, внимания, пространственных и временных отношений.

1.6. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2 данная ДОП ориентирована на создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме, которые в целом определяют **цель воспитания** в рамках реализуемой программы.

Данная цель ориентирована

на обеспечение положительной динамики личностного развития обучающихся, выражающейся в освоении социально значимых знаний и норм и приобретении опыта социального взаимодействия;

формировании современных компетентностей и грамотностей, соответствующих стратегиям социально-экономического развития РФ, актуальным вызовам будущего.

Для достижения цели определены следующие *задачи*:

- формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде;
- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций культуры; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе;
- формирование опыта самоопределения (личного или профессионального) в различных сферах жизни;
- формирование и развитие личностного отношения детей к учебным занятиям в системе дополнительного образования по направленности программы, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы (детского объединения) и применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе определяются в соответствии с предметными направленностями программы и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» и направлены на воспитание, формирование следующих компетенций:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;

- развитие творческого самовыражения в выбранном виде занятий, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является *учебное занятие*.

В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся:

- усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;
- получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации;
- осознают себя способными к нравственному выбору;
- участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Воспитательная работа в коллективе проводится по плану воспитательной работы, утвержденному директором МЦДТ. На основе общего плана воспитательной работы отдела каждый педагог составляет свой план.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных (особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Воспитательная работа проводится в процессе учебных занятий, концертно-фестивальной деятельности, в свободное время.

Воспитательная работа вне занятий заключается в проведении бесед и лекций на различные темы, проведении экскурсий в музей МЦДТ и загородных (во время выездов на конкурсы и фестивали), коллективных посещениях, театров, кино.

План воспитательной работы

№	Наименование мероприятия по программе воспитания	Дата проведения	Форма проведения мероприятия	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Участие в социальных проектах, благотворительных и	В течение года согласно Календаря	Мероприятия согласно содержания акции	Информация (сообщения, творческие работы фото-видеоотчеты об участии в

	волонтерских акциях различной направленности	массовых мероприятий муниципальной образовательной системы г. Челябинска)		акциях, проектах)
2.	Видео-поздравление от детских коллективов для педагогов к Дню учителя	Октябрь	Онлайн-праздник на уровне образовательной организации	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
3.	Новогодний праздник «Рождественский концерт для родителей»	Декабрь	Мероприятие на уровне детского объединения	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
4.	«Праздник «Валентинок»	Февраль	Мероприятие на уровне детского объединения	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
5.	«Масленица годовая — наша гостя дорогая»	21 февраля	Праздник на Адресе	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
6.	Видеопоздравление «Самым милым и любимым», посвященный Международному женскому дню	8 марта	Онлайн-праздник на уровне образовательной организации	Фото- и видеоматериалы с выступлением обучающихся (на сайте, соцсети)
7.	Фестиваль детского художественного творчества «Хрустальная капель»	март	Фестиваль на муниципальном уровне	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
8.	Открытый Фестиваль детского художественного творчества «Таланты без границ»	апрель	Фестиваль на муниципальном уровне	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
9.	Видеопоздравление «Праздник со слезами на глазах», посвященный Дню Победы в Великой Отечественной войне	9 мая	Онлайн-праздник на уровне образовательной организации	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей (на сайте, соцсети)
10.	Итоговый отчетный концерт	май	Онлайн-праздник на уровне организации	Информация, фото- видеоматериалы с выступлением детей

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебных занятий для обучающихся (в текущем учебном периоде) 1 сентября 2026 г.

Окончание (в текущем учебном периоде) 30 мая 2027 г.

Продолжительность учебного года 36

Количество часов в год:

1 год обучения: 216 часов в год.

2 год обучения:

Модуль 1

2 год обучения: 144 часа в год.

Модуль 2

2 год обучения: 216 часов в год.

Продолжительность и периодичность занятий:

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором на текущий учебный год; с перерывом для отдыха детей между каждым занятием не менее 10 минут (СП 2.4.3648-20).

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Занятие длится не более 45 минут, перерыв не менее 10 минут.

Промежуточная аттестация: по завершению 1-п/г текущего года;

май – завершение 2-п/г текущего года

Выходные дни:

5 Согласно ст. 112 Трудового кодекса Российской Федерации об установлении нерабочих праздничных дней в Российской Федерации:

дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками (выходные дни):

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 января – Новогодние каникулы;

7 января – Рождество Христово

23 февраля – День защитника Отечества;

8 марта – Международный женский день;

1 мая - Праздник весны и труда;

9 мая – День Победы;

12 июня – День России;

4 ноября - День народного единства.

Объем программы:

Общее количество часов на весь период обучения:

1 и 2 год обучения (по Модуль 1) - 360ч

1 и 2 год обучения (по Модуль 2) - 432ч.

Срок освоения программы: 4 года

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения: Зал должен быть оснащен зеркалами, хотя бы на одной стороне полностью, чтобы учащиеся могли видеть правильность своих движений, могли сравнивать друг с другом, с педагогом, могли видеть игру лица, что бы учились именно через зеркало «схватывать» те или иные упражнения. Класс должен быть оснащен станками (приспособлениями, служащими опорой танцовщикам). В данном случае его необходимо укреплять в два ряда (еще и для младших групп) на высоте 1м от пола; для старших групп, чтобы кисть руки свободно лежала на палке и плечо не поднималось. Пол должен быть паркетный, не полированный, стены окрашены и побелены. Все это дает возможность свободно «дышать классу» и не вызывать побочные аллергические воздействия у обучающихся. Помещение должно иметь хорошее освещение.

Во время занятий применяются технические средства: Мультимедийная система/ музыкальный центр, компьютер с колонками, телевизор, флеш-носители с фонограммами.

Организационно-информационное обеспечение:

Планы мероприятий по профилю:

- а) выставки, конкурсы
- б) творческие проекты
- в) традиционные школьные праздники

Кадровое обеспечение:

Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам (часть 1 статьи 46 Федерального закона № 273-ФЗ; Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н).

Организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе в соответствии с Федеральным законом об образовании привлекать к занятию педагогической деятельностью по дополнительным общеобразовательным программам лиц, обучающихся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, и успешно прошедших промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения. Соответствие образовательной программы высшего образования направленности дополнительной общеобразовательной программы определяется указанными организациями (части 4, 5 статьи 46 Федерального закона N 273-ФЗ).

Информационное обеспечение

Специальные компьютерные программы: «Сферум»

2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИЕСЯ

Формы промежуточного и итогового контроля:

Освоение образовательной программы сопровождается промежуточной и итоговой аттестацией обучающихся, проводимой в формах, определенных учебным планом, и в порядке, установленном образовательной организацией (ФЗ гл.6ст.57 п.1).

Формы промежуточной и итоговой аттестации, указанные в учебном плане, соответствуют локальному акту учреждения *в системе дополнительного образования*, регулирующему вопросы аттестации обучающихся; они могут быть как едиными на протяжении всей программы, так и различаться в зависимости от уровня сложности, года обучения и конкретной дисциплины (модуля). Промежуточная и итоговая аттестация проводится за счет времени, отведенного на освоение программы.

В процессе обучения обучающихся по данной программе отслеживаются два вида результатов:

промежуточные (определяется степень усвоения знаний, умений, навыков по освоению программы за половину учебного года

итоговые (определяется уровень знаний, умений, навыков по освоению программы за весь учебный год и по окончании всего курса обучения).

Выявление достигнутых результатов осуществляется:

Руководитель объединения является главным экспертом в оценке личностного и творческого роста учащихся.

Для определения результатов успешного освоения учащимися ДООП используются следующие формы и методы отслеживания результативности:

1. Педагогическое наблюдение

2. Педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов, выполнения учащимися диагностических заданий, участия обучающихся в мероприятиях (концертах, викторинах, соревнованиях, спектаклях), активности обучающихся на занятиях и т.п.

3. Мониторинг: для отслеживания результативности используются следующие формы

В качестве системы оценивания в творческом объединении используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;

- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся;
- дифференцированный подход.

№	Вид контроля	Средства	Цель	Действия
1	Входной	Анкеты, педагогические тесты	Выявление требуемых на начало обучения знаний. Выявление отдельных планируемых результатов обучения до начала обучения	1. Возврат к повторению базовых знаний. 2. Продолжение процесса обучения в соответствии с планом. 3. Начало обучения с более высокого уровня.
2	Текущий	Педагогические тесты, фронт. опросы, наблюдения	Контроль за ходом обучения, получение оперативной информации о соответствии знаний обучаемых планируемому эталону усвоения.	Коррекция процесса усвоения знаний, умений, навыков
3	Тематический	Практические работы, творческие проекты, педагогические тесты.	1. Определение степени усвоения раздела или темы программы. 2. Систематическая пошаговая диагностика текущих знаний. 3. Динамика усвоения текущего материала.	Решение о дальнейшем маршруте изучения материала.
4	Итоговый	Зачеты, педагогические тесты, концерты, фестивали	1. Оценка знаний учащихся за весь курс обучения. 2. Установление соответствия уровня и качества подготовки учащихся к общепризнанной системе требований, к уровню и качеству образования.	Оценка уровня подготовки.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В систему промежуточной и итоговой аттестации обучающихся включена проверка теоретических знаний (основные понятия и термины) и практических умений.

Оценивание производится в соответствии с критериями по бинарной системе ЗАЧЕТ-НЕЗАЧЕТ и фиксируется в протоколе (Приложение 3,4), при этом учитывается уровень освоения ДОП:

% выполнения работы	уровень	оценка
100%	высокий	зачёт
50-70%	средний	зачёт
менее 50%	достаточный	зачёт
менее 20%	недостаточный	незачёт

Промежуточная и итоговая аттестация организуется в форме творческого отчета.

Для оценивания образовательных результатов обучающихся (теория) используются тестовые задания, которые демонстрируют динамику развития учащихся, и комплекс практических заданий.

Диагностика проводится в начале и в конце каждого года обучения по направлениям:

1. Уровень освоения ДОП
2. Личностное развитие учащихся
3. Реализация творческого потенциала учащихся

Для оценивания образовательных результатов, учащихся используются опросы, анкеты, тестовые задания, которые демонстрируют динамику хореографического развития учащихся.

Например,

1. *Практический тест* на ориентировку в пространстве: точки зала, колона, линия, «лучик», круг, полукруг, пары (тройки, четверки).

2. *Постановочная практика* выученных движений:

- «Тур по VI позиции»
- «Вращение со сменой точки»
- «Grand Jete»;
- «Классический стретчинг».

3. *Постановочная практика* «Творческое начало»:

- «Составление комбинации на образный компонент»,
- «Контактная импровизация»,
- танцевальные импровизации под музыку.

Уровень и оценка результатов

Критерии	Уровень и оценка результатов		
	Достаточный (Д)	Средний (С)	Высокий (В)
Сформированность знаний	Недостаточное знание теории вопроса, правил поведения на занятиях.	Минимум терминологического словаря.	Достаточное знание слов, обозначающих понятия, связанные с работой на сцене.
Сформированность умений	Неумение взаимодействовать в группе.	Минимальные навыки овладения пластикой Выполнение упражнений по подражанию.	Достаточное владение техникой танца, навыками жестовой речи. Навыки выступления перед аудиторией.

Критерии оценивания учащихся по подготовке концертных номеров

По итогам исполнения программы на просмотре, концерте, конкурсе выставляется оценка по уровням:

Оценка	Критерии оценивания выступления
высокий	технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
средний	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
достаточный	исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.,
Зачет (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

2.5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методические разработки

1. Задания на развитие импровизационных возможностей

1. *Импровизация со сменой лидера в пространстве*

Цель:

- ✓ разогрев участников;
- ✓ осознание тела и снятие мышечных зажимов;
- ✓ расширение экспрессивного репертуара.

Время: 20 мин.

УМК: музыкальные записи разных стилей с четким ритмическим рисунком.

Описание метода: Участники становятся в ромб. Звучит музыка. Лидирующий участник начинает импровизация, далее первенство передаётся по принципу импульса.

(Тренинг-игра «Создание образа»

Цель:

- ✓ развитие творческого воображения, быстроты и нестандартности творческих реакций, артистизма.

Время: для обдумывания 5-10 мин., затем показ по одному.

УМК: музыка различного характера, соответствующая образу.

Описание метода: Участникам группы предлагается конкретный образ (животное, сказочный герой и т.п.), необходимо передать характерные повадки, действия данного образа с помощью пластики и движений.

Критерием оценивания является не только точность передачи образа, но и быстрота выполнения, эмоциональность, нестандартность решения.

2. Комплекс танцевально – игровых упражнений:

Упражнение №1 - Игра «Зеркальный танец»

Цель: Разогреть тело, разбудить эмоции, снять мышечные зажимы и настроить на работу.

Музыка: любая ритмичная, темп средний.

Дети садятся на пол или на стулья, расположенные полукругом. Педагог сидит в центре зала и показывает разные движения для всех частей тела, давая установку: «танцует правая нога», «танцует левая нога», «смотрим по сторонам» (упражнение для головы), «удивляемся» (упражнение для плеч), «ловим комара» (хлопок под коленом), «притаптываем землю» (притопы) и т.д. По команде «танцует всё» - в работу включаются все части тела (повторяется 3-4 раза).

Игра проводится в начале занятия и является частью ритмической гимнастики в танцевально-игровом тренинге.

2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» СПб, Лань, 2006 г
2. Базарова Н.П., Мей В.П. «Азбука классического танца» - С.П.-М.: 2006.
3. Череховская Р.А. «Танцевать могут все» - М.:1973.
4. Ивлева Л.Д. «История преподавания танца» - Ч.:2000.
5. Шереметьева Н.П. «Танец на эстраде» - М.: 1988.
6. Бриске И.Э. Хореография Программа и методические рекомендации для студентов вузов культуры, преподавателей школ, гимназий, лицеев (1-6 кл.) - Ч.:1995.
7. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец» - Ч.:1996.
8. Князева О.Н. «Танцы Урала» - С.:1962
9. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - С.П., «Аспект», 1996.
10. Панферов В.И. «Основы композиции танца» - Челябинск, ЧГАКИ-2001.
11. Фоменко И. М. Основы народно - сценического танца, учебно-методическое пособие, Орел, 2002г.
12. Яхнина Е.З. Методика музыкально-ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха Москва, «Владос», 2003 г.
13. Барышникова Т.Н. Азбука хореографии, С-П изд. "Респекс" 1996
14. Захаров Р. Сочинение танца, М. "Искусство" 2003
15. Звездочкин В.А. Классический танец, Ростов-на-Дону «Феникс» 2005
16. Шашкова Т.В. «Дроби в русском народном танце», Челябинск «Взгляд» 2007
17. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца, Москва «Владос» 2004
18. Кузнецова Е. Логопедическая ритмика в играх и упражнениях для детей с тяжелыми нарушениями речи, Москва изд. «Гном и Д» 2004
19. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика, Москва «Просвещение» 1985
20. Полятков «С.С. Основы современного танца» Ростов-на-Дону 2006
21. Андреева Ю. А. «Танцетерапия» М-С.П «Диля» 2005
22. Лифиц. И.В Ритмика, Москва изд. "Академия" 1999 г.

Перечень Интернет-ресурсов

Для педагога	
Единый федеральный портал дополнительного профессионального педагогического образования	https://dppo.edu.ru/
Академия наставников	https://sk.ru/academy/p/online.aspx
Академия Хана предлагает ученикам практические упражнения, обучающие видео и персонализированную панель управления.	https://ru.khanacademy.org/
Платформа для публикации массовых открытых онлайн-курсов (МООК) -Лекториум	https://www.lektorium.tv/medialibrary
Официальный канал Группы компаний «Просвещение». Учебные материалы в помощь ученикам, учителям и их родителям	https://www.youtube.com/user/Drofa publishing
Обеспечение предметно-методической поддержки педагогов	https://1sept.ru/
Федеральный информационно-методический портал «Дополнительное образование»	http://dopedu.ru/
Образовательный ресурс о дистанционном обучении	http://study-home.online/
Информационно-методический портал о дополнительном образовании детей "Внешкольник"	http://dop-obrazovanie.com/
Образовательная платформа "Открытое образование"	https://openedu.ru/
Для учащихся	
Маркетплейс – каталог электронных книг, курсов, интерактивных и видеоматериалов	https://elducation.ru/
Всероссийский открытый урок, проект по ранней профориентации школьников «ПроеКТОрия»	https://proektoria.online/
Билет в будущее — это проект ранней профессиональной ориентации школьников 6–11 классов.	https://bilet.worldskills.moscow/
Академия Хана предлагает ученикам практические упражнения, обучающие видео и персонализированную панель управления.	https://ru.khanacademy.org/
Онлайн-платформа по обучению soft skills. Развиваем надпрофессиональные навыки: креативность, скорочтение, память, эмоциональный интеллект, критическое мышление и многое другое.	https://4brain.ru/
Лекции по множеству предметов на платформе «Лекториум»	https://www.lektorium.tv/medialibrary
«Алые паруса» – проект для одарённых детей	http://nsportal.ru/ap
Учебно-тренировочный контент и методические материалы для поддержки образовательной деятельности на русском языке	https://pushkininstitute.ru/
Академия Ворлдскиллс Россия	https://50plus.worldskills.ru/competencies
Цифровые ресурсы для учебы	https://www.все.онлайн/

РАЗДЕЛ 3. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1
к ДОП «Шаг вперёд»

**Мониторинговая карта
результативности освоения ДОП**
по итогам проведения промежуточной аттестации

Объединение: _____ Год обучения: _____

Название ДОП: _____

ФИО педагога: _____

Дата проведения: _____

Форма аттестации: промежуточная

Форма проведения аттестации: _____

№	Ф.И.	3	2	1	0	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						

3 балла – высокий уровень, 2 балла – средний уровень, 1 балл - достаточный уровень , 0 баллов – недостаточный

Суммарный балл	% выполнения	Уровень	
4-3 балла	100%	высокий	зачёт
2 балла	50-70%	средний	зачёт
1 балл	менее 50%	достаточный	зачёт
0 баллов	менее 20%	недостаточный	незачёт

**Мониторинговая карта
результативности освоения ДОП
по итогам проведения итоговой аттестации**

Объединение: _____ Год обучения: _____

Название ДОП: _____

ФИО педагога: _____

Дата проведения: _____

Форма аттестации: промежуточная

Форма проведения аттестации:

№	Ф.И.	3	2	1	0	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						

3 балла – высокий уровень, 2 балла – средний уровень, 1 балл - достаточный уровень , 0 баллов – недостаточный

Суммарный балл	% выполнения	Уровень	
4	100%	высокий	зачёт
3	50-70%	средний	зачёт
2-1	менее 50%	достаточный	зачёт
0	менее 20%	недостаточный	незачёт

Протокол результатов промежуточной аттестации

Объединение: _____ год обучения: _____

Название ДОП: _____

ФИО педагога: _____

Дата проведения: _____

Форма промежуточной аттестации: _____

№	Ф.И. обучающегося	Уровень освоения (высокий, средний, достаточный)	Участие в конкурсах (уровень /результат)	Результат (зачёт, незачёт)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Всего аттестовано (зачёт): _____ обучающихся

Из них: высокий _____ чел., средний _____ чел., низкий _____ чел.

Педагог дополнительного образования _____ / _____ /

Протокол результатов итоговой аттестации

Объединение: _____ год обучения: _____

Название ДОП: _____

ФИО педагога: _____

Дата проведения: _____

Форма промежуточной аттестации: _____

№	Ф.И. обучающегося	Уровень освоения (высокий, средний, достаточный)	Участие в конкурсах (уровень /результат)	Результат (зачёт, незачёт)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Всего аттестовано (зачёт): _____ обучающихся

Из них: высокий _____ чел., средний _____ чел., низкий _____ чел.

Педагог дополнительного образования _____ / _____ /

Расчет бальной оценки индивидуальных качеств

Качество	Степень выраженности	Количество баллов
Физическая активность	Внешне побуждаемая	3
	Стихийная	4
	Самоуправляемая	5
Психическая активность	Внешне побуждаемая	3
	Стихийная	4
	Самоконтролируемая	5
Ведущий тип мышления	Обозначается знаком + в соответствующей графе	
Терпение	Меньше, чем на ползанятия	3
	Больше, чем на ползанятия	4
	На все занятие	5
Воля	Постоянно побуждается извне	3
	Периодически сам	4
	Постоянно сам	5
Самоконтроль	Контроль побуждается извне	3
	Периодически сам	4
	Постоянно сам	5
Тип установки	На процесс	«+» или «0»
	На результат	«+» или «0»
Тип самолюбия (определяется через уровень гордости)	Завышенный	3
	Заниженный	4
	Нормальный	5
Интерес к знаниям	Навязан извне	3
	Иногда поддерживает сам ребенок	4
	Поддерживается самостоятельно	5
Уровень конфликтности	Провоцирует конфликты	3
	Не участвует в конфликтах	4
	Старается улаживать конфликты	5
Тип сотрудничества	Избегает участия в общем деле	3
	Участвует при побуждении извне	4
	Инициативен в общих делах	5

Мониторинг развития исполнительской культуры

Оценивается на материале исполнения отдельных танцев, постановочных композиций, комбинаций.

Критерии оценки:

- техника танца
- свобода и законченность движений
- выразительность
- музыкальность

Шкала оценки: 1-5 баллов.

Периодичность наблюдения: в конце каждого года обучения.

Лист оценки исполнительской культуры

Объединение _____

Год обучения _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Техника	Свобода и законченность движений	Выразительно сть	Музыкальнос ть
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					

Анализ полученных результатов

Дата _____

Наблюдение проводил _____

Психолого-педагогическая методика изучения творческого мышления
Тест Дж. Гилфорда (модифицированный)

Цель: изучение ключевых факторов творческого мышления учащихся.

За основу исследования взят тест Гилфорда (раздел 1, использование предмета), но преобразован в связи со спецификой процесса обучения современному танцу. Исследуемые факты по тесту Гилфорда:

1. **Беглость** – этот факт характеризует беглость творческого мышления и определяется общим числом ответов;
2. **Гибкость** – фактор характеризует гибкость творческого мышления, способность к быстрому переключению;
3. **Оригинальность** – фактор характеризует оригинальность, своеобразие творческого мышления, необычность подхода к проблеме и определяется числом редко приводимых ответов, необычным употреблением элементов, оригинальностью структуры ответа;
4. **Точность** – фактор, характеризующий стройность, логичность творческого мышления, выбор адекватного решения, соответствующего поставленной цели.

Материал для наблюдения (задание): создание танцевально-пластического этюда с предметом.

Задача: создать этюд с предметом, используя танцевальную лексику современного направления и пластику.

Время подготовки задания: 10-15 минут, затем индивидуальное выступление каждого участника.

Показатели (критерии) оценивания:

- 1.Идея – нестандартный подход к использованию предмета и созданию образа;
- 2.Лексика – находки интересного лексического материала;
- 3.Пространство – нестандартное пространственное решение.

Шкала оценки: 1 – высокий; 2 – средний; 3 – низкий.

Периодичность наблюдения: 1 раз в год (в конце каждого года обучения).

ТЕСТ ГИЛФОРДА

Лист наблюдений за проявлением творческого мышления

Объединение _____

Год обучения _____

Задание _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Показатели-критерии		
		1.Идея	2.Лексика	3.Пространство
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				

Анализ полученных результатов

Дата _____

Наблюдение проводил _____

Диагностика

индивидуального развития музыкально-творческих способностей

Цель: диагностика музыкально-творческих способностей детей.

Для этой цели нами была разработана серия заданий. Для данных заданий определены следующие уровни развития: высокий, средний, низкий. Все задания по диагностике проводятся в игровой форме, также учитываются индивидуальные особенности каждого учащегося.

Задание №1.

Цель: диагностика способности к сочинению мелодий или припевок.

Педагог зачитывает вслух небольшое стихотворение и предлагает учащемуся, сочинить на эти слова мелодию и воспроизвести ее голосом.

Задание №2.

Цель: выявить способность к созданию целостного художественного образа.

Педагог играет на фортепиано (синтезаторе) мелодию со словами и просит учащегося создать образ и проинсценировать песню.

Задание №3.

Цель: выявить развитие ритмических ощущений; умения импровизировать на заданную тему.

Педагог играет на фортепиано (синтезатор) какую-либо мелодию и просит ребенка придумать к ней ритмический аккомпанемент с помощью музыкального инструмента (треугольника, бубна и т.д.).

Шкала оценки: 1-5 баллов.

Периодичность наблюдения: в конце каждого года обучения.

Карта диагностики музыкально-творческих способностей

Объединение _____

Год обучения _____

Руководитель _____

Дата проведения _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Параметры				Всего
		Способность к сочинению мелодий, припевок	Способность к созданию целостного художественного образа	Развитие ритмических ощущений	Умение импровизировать на заданную тему	
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
	Итого					

Правила поведения обучающихся на занятиях хореографией и художественной гимнастикой.

1. Обучающиеся хореографии и художественной гимнастики должны приходить на занятия за 10 минут, переодеться в гардеробной.

2. Форма для занятий:

Девочки: купальник, носочки, балетки, прическа (одежда не должна сдавливать, мешать свободному движению).

Мальчики: футболка, шорты, носочки, балетки

3. Обучающиеся проходят в кабинет вместе с педагогом, спокойным шагом.

4. Обучающимся запрещено: открывать окна и сидеть на подоконниках, облокачиваться на зеркала, приносить на занятия посторонние колющие, режущие, опасные предметы, самостоятельно включать и выключать аудио-видео аппаратуру.

5. На занятиях обучающиеся должны снять с себя предметы, представляющие опасность (серьги, кольца, цепочки, часы) во избежание травм.

6. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом педагогу

7. При чрезвычайной ситуации не паниковать, быстро и организованно, под руководством педагога покинуть кабинет.

10. Запрещается входить в зал без разрешения педагога, самостоятельно брать и пользоваться спортивным или другим инвентарем.

Словарь терминов

A LA SECONDE [а ля сегонд] - положение, при котором исполнитель располагается enface, а "рабочая" нога открыта в сторону на 90°.

ALLONGE, ARRONDIE [алонже, аронди] - положение округленной или удлиненной руки.

ARABESQUE [арабеск] - поза классического танца, при которой нога отводится назад "носком в пол" на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ASSEMBLE [асембле] - прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

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

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

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

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

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

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

BODY ROLL [боди ролл] - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним "волна").

BOUNCE [баунс] - трамплинное покачивание вверх-вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

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

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

DEEP BODY BEND [диипбодибэнд] - наклон торсом вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук.

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

DEMIROND [демиронд] - полукруг носком ноги по полу вперед и в сторону, или назад и в сторону.

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

ECARTE [экарте] - поза классического танца (à la seconde), развернутая по диагонали вперед или назад, корпус чуть отклонен от поднятой ноги.

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

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

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

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

FLEX [флекс] - сокращенная стопа, кисть или колени.

FLIK [флик] - мазок стопой по полу к опорной ноге.

FOUETTE [фуэтте] - прием поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноге (на полу или в воздухе).

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

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

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

GRAND JETE [гран жете] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение "шпагат".

GRAND PLIÉ [гран плие] - полное приседание.

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

JUMP [джамп] - прыжок на двух ногах.

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

LEAP [лиип] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторону.

PAS BALANCE [па балансе] - па, состоящее из комбинации tombe и раздвоения. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже - вперед-назад.

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

PAS DE BOURREE [па де бурре] - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi-plié.

Синоним *steppasdebouree*, В модерн-джаз танце во время *pasdeBoigtгее* положение *surlecou-de-pied* не фиксируется.

PAS DE CHAT [па де ша] - прыжок, лимитирующий прыжок кошки. Согнутые в коленях ноги отбрасываются назад.

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

PIQUE [пике] - легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

PIROUTTE [пируэт] - вращение исполнителя на одной ноге *endehors* или *epdedans*, вторая нога в положении *surlecou-de-pied*.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы.

PREPARATION [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

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

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

RELEVÉ [релеве] - подъем на полупальцы.

RONDE DE JAMBES PAR TERRE [рон де жамб пар терр] - круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.

ROUDE DE JAMBES EN L'AIR [рон де жамбанлер] - круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

SISSON OUVERTE [сиссонуверт] - прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении

SURLE COU-DE-PIED [сюрле ку-де-пье] - положение вытянутой ступни "работающей" ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

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

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

TOUR CHAÎNES [тур шене] - исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах следующие один за другим полуповороты, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в *demi-plie*.

Пояснительная записка к пункту 1.6.

Воспитательная работа в коллективе строится также с учётом ключевых событий проекта «Челябинск — культурная столица 2027» и направлена на формирование у обучающихся чувства сопричастности к культурной жизни города, уважения к национальным традициям, интереса к локальной истории и гордости за родной край. Мероприятия носят локальный характер, органично вплетаются в учебный процесс и не требуют дополнительных ресурсов, реализуются в рамках плановых занятий воспитательной работы.

Целевые ориентиры воспитания:

- формирование у обучающихся устойчивого интереса к культурному наследию Южного Урала и России в целом;
- воспитание уважения к традициям и обычаям народов, населяющих Челябинскую область;
- развитие чувства гордости за свой город и осознания личной причастности к его культурному развитию;
- укрепление навыков коллективного взаимодействия, ответственности и взаимопомощи через участие в общих творческих делах.

Предлагаемые мероприятия являются локальными, не требуют дополнительных ресурсов и реализуются в рамках занятий, репетиций и концертной деятельности коллектива. Они учитывают возрастные особенности обучающихся и специфику программ, при этом сохраняют единую смысловую линию — знакомство с культурным многообразием региона и подготовку к событиям года культурной столицы.

Календарный план воспитательных мероприятий к году культурной столицы 2027

№	Название мероприятия	Сроки (месяц)	Формат проведения	Ответственные / организаторы	Краткое содержание
1	Круглый стол «Современный танец в культурной жизни города»	Сентябрь	Очно, учебный кабинет МЦДТ	Педагог, педагог-организатор	Обсуждение роли и места современного хореографического искусства в жизни города. Подготовка и обсуждение небольших проектов «Какой культурный объект я бы создал в городе?». Развитие гражданской позиции и критического мышления.

№	Название мероприятия	Сроки (месяц)	Формат проведения	Ответственные / организаторы	Краткое содержание
2	Мастер-класс по современной хореографии	Октябрь	Очно, хореографический зал МЦДТ	Педагог, приглашенный хореограф	Проведение мастер-класса по изучению и отработке различных вокальных приемов. Развитие профессионализма и расширение исполнительских возможностей в рамках проекта.
3	Посещение концерта современного танца	Ноябрь	Очно -- театр современного танца / филармония	Педагог	Коллективный поход на концерт профессионального коллектива современного танца. Анализ хореографических решений, манеры исполнения, взаимодействия с залом. Развитие музыкального вкуса и понимания современного искусства, мотивация к самосовершенствованию.
4	Творческая лаборатория «Импровизация и контакт»	Февраль	Очно, хореографический зал МЦДТ	Педагог, педагог-психолог	Комплекс тренинга и упражнений, направленных на развитие импровизационных навыков, раскрепощение, работу в паре и группе. Развитие креативности, спонтанности, навыков невербального общения.
5	Благотворительный концерт «Танец во имя жизни» (отчетный концерт коллектива)	Апрель	Очно -- открытое пространство МЦДТ / социальный партнер	Педагог, педагог-организатор	Организация и проведение благотворительного концерта для жителей микрорайона или воспитанников других учреждений. Подготовка и показ танцевальных номеров. Воспитание чувства социальной ответственности,

№	Название мероприятия	Сроки (месяц)	Формат проведения	Ответственные / организаторы	Краткое содержание
					милосердия, желания дарить радость.