**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**
**средняя общеобразовательная школа № 154 Приморского района Санкт-Петербурга**

**197350, Санкт-Петербург, Шуваловский проспект, дом 37, корпус 2, строение 1**
http://school154.ru/

---

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
ГБОУ школы № 154
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол № 19 от 30.08.2023

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 154
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 30.08.2023 № 283-од

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 3060A8795E368CEB6ECD0826BA0B1ED3
Владелец Михайлова Юлия Валерьевна
Действителен с 12.08.2022 по 05.11.2023

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

## дополнительной общеразвивающей программы

## «Студия танца «Эскимо»

**Направленность:** *художественная*

**Возраст обучающихся:** *8-9 лет*

**Срок реализации программы:**
*Образовательная программа реализуется в период*
*с 01.10.2023г по 31.05.2024г*

**Автор (составитель) программы:** *«Студия танца «Эскимо»*
**ФИО (полностью)** *Антипова Диана Сергеевна*
**Должность:** *педагог дополнительного образования*

**Санкт-Петербург - 2023**

## СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

**I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА…….3**

1. Характеристика направления, его место и роль в образовательном процессе;
2. Характеристика младшего школьного возраста (8-9 лет);
3. Нормативная база;
4. Срок реализации, направленность, форма и режим занятий;
5. Сведения о затратах учебного времени;
6. Цели и задачи направления;
7. Методы обучения;
8. Описание материально-технических условий для реализации программы.

**II. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ……..……...7**

1. Структура занятия;
2. Учебно-тематический план;
3. Планируемые результаты;
4. Формы подведения итогов качества реализации программы.

**III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ……..……...15**

**1.** Воспитательная работа;

**2.** Психолого-педагогическая диагностика;

**3.** Описание материально-технических условий реализации танцевального направления.

**IV. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ……..…….17**

**V. ПРИЛОЖЕНИЕ……..…….20**

# I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1. ХАРАКТЕРИСТИКА НАПРАВЛЕНИЯ, ЕГО МЕСТО И РОЛЬ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕСС

Танец – особый вид искусства. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

С помощью танца воплощаются новые идеи, темы, образы, взятые из современной действительности. Основными его принципами можно назвать отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами, новый язык самовыражения.

Танец помогает обучающимся более свободно выражать себя, передавать различные оттенки эмоций и душевных состояний, развивает исполнительское мастерство, формирует творческую индивидуальность. За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела. Занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся воспитанниками из танцевального класса в другие сферы деятельности детей.

Коллективная танцевальная деятельность — это приобщение участников танцевального коллектива через живое исполнительство к культуре движений, гармоничности, пластической выразительности, динамике, темпу, ритму движения. Кроме того, в коллективе формируется толерантность друг к другу, высокая мотивация к исправлению своих недостатков, развитие самовоспитания. Коллективные требования к каждому участнику совместного труда закладывают базовые свойства личности.

Программа по данному направлению разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований.

Потребность в создании программы по современному танцу возникла в связи с актуальностью дисциплины, потому что данный учебный предмет отсутствует в общеобразовательных программах по ФГТ со 2 по 3 классы (8-9 лет).

Данная программа тесно связана с содержанием учебных предметов «Современный танец», «Классический танец», «Партерная гимнастика», «Подготовка концертных номеров».

## 2. ХАРАКТЕРИСТИКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (8-9 ЛЕТ)

Дети этого возраста уже школьники, они могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно, поэтому важно чередовать теорию с практикой. Прозанимавшись в школе несколько часов, дети утомляются и на занятиях по танцу они получают эмоциональную, психологическую разрядку. Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений. Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой

образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции проявляются ярко и открыто.

## 3. НОРМАТИВНАЯ БАЗА

Рабочая программа студии танца «Эскимо» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом и локальными актами ГБОУ школы №154 Приморского района Санкт-Петербурга.

## 4. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ, НАПРАВЛЕННОСТЬ, ФОРМА И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Реализация программы: 1 год (34 недели - 68 часов).

Направленность: художественная.

Уровень программы базовый.

Целевая аудитория - 8-9 лет.

Количество детей в группе - до 15 человек.

Занятия с группой детей проходят 2 раза в неделю по 45 минут (1 академический час).

Форма организации занятия – групповая.

Формы проведения занятия – беседа, репетиция, игра, традиционное занятие, комплексное занятие, открытый урок, конкурс, фестиваль.

Форма обучения может быть изменена по распоряжению исполнительного органа государственной власти.

Набор обучающихся в группы проходит без предварительного отбора.

## 5. СВЕДЕНИЯ О ЗАТРАТАХ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

| | |
|---|---|
| Количество часов в неделю | 2 |
| Продолжительность учебных занятий (в неделях) | 34 |
| Общее максимальное количество часов | 68 |

## 6. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ НАПРАВЛЕНИЯ

**Цель:** формирование и развитие у обучающихся представления о классическом танце, его специфики и технических принципах исполнения. Принципах современного танца, его стилей, а также развитие физических способностей через партерную гимнастику.

**Задачи:**

*Обучающие:*

• развить природные способностей у обучающего (выворотность, гибкость, хореографический «шаг», музыкальность, координацию);

• сформировать необходимые для занятий способности (выносливость, концентрацию, внимание, умение ориентироваться в пространстве, работа в коллективе);

• развить образное мышление и желание импровизировать;

• обучить базовым хореографическим элементам классического и современного танцев, соединению их в связки, комбинации и умению исполнять их в разных последовательностях.

*Развивающие:*

• укрепить здоровье обучающихся путем повышения уровня их физических возможностей;

• развить физические качества (гибкость, ловкость, координация);

• развить у обучающихся интерес к классическому и современному танцам, манерам исполнения в различных стилях, а также к партерной гимнастике;

• развить артистизм и эмоциональные качества, умение работать на сцене;

• развить память, внимание, воображение.

*Воспитательные:*

• воспитать культуру исполнения обучающимися современного и классического танцев;

• воспитать уважение к исполнительскому искусству других детей;

• воспитать трудолюбие и дисциплину, коммуникабельность, ответственность и требовательность к себе;

• воспитать чувство партнёрства и творческой активности в коллективе и публичных выступлений.

## 7. МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Для достижения поставленной цели и реализации задач используются следующие методы обучения:

• словесный (объяснение, разбор, анализ);

• наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения);

• просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцевальных коллективов и танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего культурного уровня обучающегося;

• практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

• аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

• эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);

• индивидуальный подход к каждому ребёнку с учетом его природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении хореографии являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач разных направления.

## II. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1. СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Во все этапы урока «включены» элементы классического танца:

1. *Настрой обучающихся на занятие, техника безопасности.*

2. *Разогрев.*

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

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

Основная цель этого этапа занятия – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны. Классические позиции рук и ног.

4. *Упражнения для позвоночника: release (расширение, распространение), contractions (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали.*

Основой техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

5. *Партер.*

Базовые упражнения гимнастики, направленные на укрепление физических данных (выворотность, гибкость, растяжка) в положении сидя, лежа.

6. *Экзерсис на середине зала с элементами классического танца.*

Базовые упражнения классического танца, направленные на развитие физических данных, координации, ориентации в пространстве, в положении стоя.

7. *Уровни.*

Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

8. *Диагональ (активное передвижение в пространстве).*

Развивает танцевальность, координации, активное физическое развитие полушарий мозга. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

9. *Усложненная координация (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении).*

Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно правильно распределить внимание между движениями двух центров.

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

Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций, как современного, так и классического танцев.

11. *Импровизации.*

Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя.

*12. Подведение итогов занятия.*

Анализ, настрой на успешный результат. В структуру занятия включаются также: воспитательная работа, беседы на духовно-нравственные темы.

## 2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № | Дата | Общее количество часов | Темы программы | Содержание |
|---|---|---|---|---|
| 1. | 02.10.23 | 1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | История развития классического танца. |
| 2. | 04.10. – 16.10.23 | 4 | Изучение выворотных позиций ног и положения рук. Повторение параллельных позиций ног и рук. | Все позиции ног и современном и классическом танце. |
| 3. | 18.10. – 30.10.24 | 4 | Основные положения корпуса. Упражнения для позвоночника. | Release (расширение, распространение); Contractions (сосредоточение); Roll down, roll up; Flat back; Arch (округление позвоночника в пояснично-грудном отделе); Твист и спирали торса; High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны). |
| 4. | 01.11. – 13.11.24 | 4 | Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Повтор изученного материала, усложнение комбинаций. | Повороты и наклоны головы. Руки + движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | Движение грудной клеткой – диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание.<br>Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.<br>Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх.<br>Фокусировка на отдельных частях ног (подъем, сгибание в коленях, работа стоп.) |
| 5. | 15.11. – 11.12.23 | 8 | Партерная гимнастика. | Базовые упражнения партерной гимнастики, развитие выворотности, гибкости, танцевального шага;<br>Мостик;<br>Стойка на руках;<br>Колесо.<br>Силовые упражнения: отжимания, качание пресса, укрепление силы ног. |
| 6. | 13.12 – 25.12.23 | 4 | Растяжка. | Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты, флажки). |
| 7. | 27.12. - 05.02.24 | 10 | Построение и разучивание экзерсиса на середине зала с элементами классического танца. | I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).<br>Demi-plie по I, II, V позициям (grand-plie по I, II позициям).<br>Battements tendus из I позиции во всех |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | направлениях (с demi-plie).<br>Battements tendus jetes во всех направлениях из I позиции (с pique).<br>Releves по I, II,V позициям (с вытянутых ног; с demi-plie).<br>Понятие epauiement (croisee, efface, ecarte) позы.<br>Pas balance. |
| 8. | 07.02. – 12.02.24 | 2 | Уровни (верхний, средний, нижний). | Стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа |
| 9. | 14.02. – 26.02.24 | 4 | Партерные перекаты (транзишен). | Изучение техники исполнения движений партера.<br>Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика).<br>Поза «зародыша».<br>Прямые повороты на полу (бревно).<br>Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.<br>Перекаты через плечо. |
| 10. | 28.02. – 18.03.24 | 6 | Прыжки. | Temps leves saute по I, II позициям.<br>Petit changement de pied.<br>Pas echappe в первой раскладке.<br>Шаг польки.<br>Прыжки в повороте. |
| 11. | 20.03. – 15.04.24 | 8 | Диагональ. | Шаги примитива.<br>Шаги в модерн-джаз манере.<br>Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | «ножницы», «пистолетик»). Техники вращения. |
| 12. | 17.03. – 29.04.24 | 4 | Импровизация. | Расслабление, исследование своего тела. Дыхание (каждое движение построено на дыхании) Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка). Импровизация / «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела». Импровизация с музыкой, ритмом Импровизация с пространством класса, смена уровней. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»). |
| 13. | 06.05. – 22.05.24 | 6 | Танцевальные комбинации. | Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации. |
| 14. | 27.05.24 | 1 | Промежуточная аттестация. | Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме открытого урока. |
| 15. | 29.05.24 | 1 | Итоговая аттестация. | Проведение аттестации по итогам года в форме отчетного концерта. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | Итого: 68 часов | |

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Образовательная деятельность предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей: предметным и личностным. *(см. Приложение 1 «Мониторинг результатов обучения в рамках реализации программы»).*

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

В результате обучения по программе обучающиеся будут *знать*:

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

Обучающиеся будут *уметь*:

- исполнять основные танцевальные движения в классическом танце, современных молодежных направлениях;
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания хореографического лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной и классической хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;
- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

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

В конце учебного года учащиеся будут:

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

## 4. ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ КАЧЕСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа студии танца «Эскимо» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- контрольный открытый урок;
- отчетный концерт по окончанию учебного года;
- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).

## III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 1. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса. Посещение спектаклей, концертов танцевальных коллективов в филармонии, на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов шедевров танцевального наследия. Беседы по хореографии. Проведение дней именинников. Совместное с родителями празднование Нового года и 8 Марта.

### 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

Психолого-педагогическая диагностика – неотъемлемая часть педагогической психологии, инструмент целесообразной профессиональной деятельности педагогов, работающих в системе развивающего обучения. Она позволяет педагогу не только научно обоснованно определять тактику развития хореографических способностей ребенка, но и видеть их место в построении стратегии общего развития личности. Безусловно, использование диагностических методов в педагогической практике требует хорошей психологической подготовки специалиста. В рамках программы регулярно используются различные методы психолого-педагогической диагностики, направленные на изучение общих и специальных интересов и склонностей учащихся, их мотивации и заинтересованности в предмете, степени удовлетворенности от получаемых знаний и уровня комфортности окружающей среды. Используемые диагностические методики:

− методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.;

− методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;

− тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.;

− рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка;

− тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта».

### 3. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимальный необходимый для реализации программы «Танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально- технического обеспечения включает в себя:

- балетный зал, имеющие пригодное для танца напольное покрытие специализированное (линолеум)), зеркала;

- наличие музыкального центра, магнитофона, компьютера в хореографическом классе;

- помещение для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);

- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;

- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателя.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания, содержания и ремонта балетных залов, костюмерной, музыкального оборудования.

## IV. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ


1. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
2. Концепция художественного образования в Российской Федерации (утверждена Приказом Минкультуры РФ от 28.12.2001 N 1403 (вместе с «Концепцией ...», утв. Минобразования РФ 26.11.2001, Минкультуры РФ 26.11.2001).
3. Зиновьева Т.С., Юрьева М.Н. Методика технической подготовки спортсмена-танцора в ансамблевом исполнении спортивных бальных танцев/ научная статья, 2020г. https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-tehnicheskoypodgotovki-sportsmena-tantsora-v-ansamblevom-ispolnenii-sportivnyh-balnyhtantsev
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ.
5. Методический конструктор-М., Просвещение, 2011г.
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

7. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.Л.: Просвещение,2015 .
8. Светлов, В.Я. Современный балет [Текст]: СПб.: Планеты музыки, Лань, – 2009 – 256 с.
9. Лиепа М. Вчера и сегодня в балете. – Российская энциклопедия, М.: Молодая гвардия, 2016.
10. Советские балеты: Крат. Содержание. – М.: Сов. Композитор, 2015г.

МОДЕРН-ТАНЕЦ

11. Власов В.Г. Триада «историзм, стилизация, эклектика», и постмилленизм в истории и теории искусства // Электронный научный журнал «Архитектон: известия вузов». — УралГАХУ, 2018. — № 3.
12. Власов В. Г. Модерн, «стиль модерн». — Новый энциклопедический словарь изобразительного искусства. В 10 т. — СПБ.: Азбука-Классика, 2006. — Т. V. — С. 556—577.
13. Озджевиз, Е.Л. Модерн и постмодерн в танцевальной культуре. – Саратов: 2015, 2016 (2-е изд), 95с.: ил.
14. Сарабьянов, Д.В. Стиль модерн: Истоки. История. Проблемы. [Текст]: М.: Искусство, – 2016. – 293, с ил.
15. Сарабьянов, Д. В. «Стиль модерн». М. 2000. 44. Сироткина, И.А. Свободное движение и пластический танец в России. М.: Новое литературное обозрение, 2011. — 319 с.
16. Konzepte der Tanzkultur: Wissen und Wege der Tanzforschung/ Margrit 134 Bischof a.o., Hrsgs. Bielefeld: Transcript, 2010.
17. Фединым, Ф.С. «ВСЕ О ТАНЦЕ МОДЕРН: учебное пособие по современному танцу» // Изд-во ДШИ №8 «Радуга» г.о. Самара, 2008г. https://raduga-samara.ru/wp-content/uploads/2018/09/%D0%92%D1%81%D0%B5- %D0%BE-

%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B5-%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD.pdf КОНТЕМПОРАРИ-ТАНЕЦ
18. Карпенко В.Н., Чалова А.И. Танец в России: размышления вслух // Культура и время перемен. — 2018. — № 1 (20). — С. 8. — URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=32827138
19. Никитин В. Ю. Танец или contemporary dance? // Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование. — 2016. — № 4. — С. 77— 96. — URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=29117811
20. Сироткина, И.Е. Шестое чувство авангарда. Танец, движение, кинестезия в жизни поэтов и художников [Текст]: М.:. изд. 2-е, испр. и доп. СПб, 2016. – 232 с.
21. Чалова А. И., Овечкина И. С. Танцевальная импровизация как жанр современной хореографической культуры // В сборнике: Развитие социальнокультурной сферы юга России Материалы региональной научно-практической конференции молодых учёных. – 2017. – С. 63-65. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/item.asp?id=30642809 ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ
22. Кузнецов, Е. Из прошлого русской эстрады, М., 1958; Русская советская эстрада. 1917—1929. Очерки истории, М., 1976.
23. Шереметьевская, Н. Танец на эстраде / [ВНИИ искусствознания]. – М.: Искусство, 1985. – 412 с. с ил.
24. Шереметьевская, Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2017.
25. Эльяш, Н.И. Образы танца [Текст]. - Москва: Знание, 1970. - 239 с.: ил.
26. Онайн-уроки по хореографии: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://inskate.net/dancing.php?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=r_media&utm_group=4211159412&utm_content=9142091734&utm_term
27. Перечень элементов экзерсиса. Современный электронный учебник. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://sport.wikireading.ru/4815 доступ свободный – (25.08.2020).
28. Электронно-библиотечная система изд-ва «Лань». Современная литература по хореографии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/1945?category=2611 доступ свободный – (24.08.2020). Танцевальный Клондайк [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://vk.com/dancerussia доступ свободный – (25.08.2020).
29. Федерация современного и эстрадного танца [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://danceorg.ru/ доступ свободный – (25.08.2020).
30. Танцевальная деревня – Мега-проект [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://vk.com/dancederevnya 137
31. Единый официальный информационный портал танцевального спорта в РФ «Танцевальный спорт России» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://rdsu.info/
32. Единый официальный информационный портал «Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (ФТСАРР)» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://vk.com/fdsarr
33. Сайт «Современные танцы: вида и стили (описание и видео танцев)». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.bodybalet.ru/fitness/kakojon-tanec-sovremennoj-zhizni/

34. Система упражнений, «партерной гимнастики» на уроках классического танца». [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://nsportal.ru/kultura/muzykalnoe-iskusstvo/library/2018/05/17/sistemauprazhneniy-parternoy-gimnastiki-na-urokah
35. История стиля модерн — из истории. [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://webplus.info/.
36. Модерн. Характерные черты. [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://StudFiles

*Приложение 1*

**МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ**

**в рамках реализации программы «Студия танца «Эскимо»**

**МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА**

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Кол-во баллов | Методы диагностики |
|---|---|---|---|---|
| **1. Теоретическая подготовка** | | | | |
| 1.1 Теоретические знания по программе: а) основные сведения по истории танца б) основные стили и жанры современной хореографии в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности. | Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям. | Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой. | 1 | Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др. |
| | | Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более ½. | 5 | |
| | | Максимальный уровень – освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период. | 10 | |
| 1.2. Владение специальной терминологией | Осмысленность и правильность использования специальной терминологии | Минимальный уровень – ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины. | 1 | |
| | | Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой. | 5 | |
| | | Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием. | 10 | |
| **2. Практическая подготовка** | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой:<br>а) освоение положений рук в танце модерн;<br>б) освоение выворотных и параллельных позиции ног;<br>в) владение приёмами координации.<br>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям;<br>г) владение приёмами изоляции;<br>д) выполнение различных видов кросса;<br>е) выполнение гимнастических элементов;<br>ж) выполнение упражнений для развития позвоночника;<br>з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станка;<br>и) владение техниками | Соответствие практических умений и навыков программным требованиям. | Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½ предусмотренных умений и навыков. | 1 | Контрольное задание |
| | | Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков составляет более ½. | 5 | |
| | | Максимальный уровень – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период. | 10 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| исполнения движений партера;<br>к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция;<br>л) владение техникой контактной импровизации. | | | | |
| 2.2. Творческие навыки:<br>а) владение навыками музыкально-пластического интонирования;<br>б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;<br>в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;<br>г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей | Креативность в выполнении практических заданий. | Начальный (элементарный) уровень развития креативности – ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога. | 1 | Контрольное задание |
| | | Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца. | 5 | |
| | | Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества. | 10 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| современной хореографии;<br>д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;<br>е) владение навыками сценической практики. | | | | |
| 2.3.Умение слушать и слышать педагога. | Адекватность восприятия информации, идущей от педагога. | Минимальный уровень – ребенок воспринимает лишь ½ объема информации идущей от педагога. | 1 | Наблюдение |
| | | Средний уровень – ребенок воспринимает практически весь объем информации идущей от педагога, однако зачастую не способен правильно применить ее на практике. | 5 | |
| | | Максимальный уровень – ребенок воспринимает весь объем информации идущей от педагога, способен проанализировать и применить ее на практике. | 10 | |
| 2.4. Умение выступать перед аудиторией | Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной танцевальной лексики в | Минимальный уровень умений. Не стремится передать заданный образ, испытывает комплекс при общем показе. | 1 | Наблюдение |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | ситуации сценического выступления. | | | |
| | | Средний уровень. Выполняет танцевальные элементы с достаточной свободой и точностью, но без яркого образного содержания. | 5 | |
| | | Максимальный уровень. Творчески подходит к выступлению, точно передает образ и концепцию танца, с натуральностью и индивидуальной неповторимостью. | 10 | |

## МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Кол-во баллов | Методы диагностики |
|---|---|---|---|---|
| **1. Организационно-волевые качества** | | | | |
| 1.1. Терпение (выносливость). | Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности. | Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия. | 1 | Наблюдение |
| | | Более, чем на 0,5 занятия. | 5 | |
| | | Более, чем на 0,5 занятия. | 10 | |
| 1.2. Воля. | Способность активно побуждать себя к | Волевые усилия ребёнка побуждаются извне. | 1 | Наблюдение |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | практическим действиям. | Иногда – самим ребёнком. | 5 | |
| | | Всегда – самим ребёнком. | 10 | |
| 1.3. Самоконтроль (самодисциплина). | Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия). | Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне. | 1 | Наблюдение |
| | | Периодически контролирует себя сам. | 5 | |
| | | Постоянно контролирует себя сам. | 10 | |
| **2. Ориентационные качества** | | | | |
| 2.1. Самооценка. | Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям. | Завышенная. | 1 | Анкетирование. |
| | | Заниженная. | 5 | |
| | | Нормально развита. | 10 | |
| **Поведенческие качества** | | | | |
| 3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия). | Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации. | Периодически провоцирует конфликты. | 0 | Тестирование, наблюдение. |
| | | Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать. | 5 | |
| | | Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты. | 10 | |
| 3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения). | Умение воспринимать общие дела как свои собственные. | Избегает участия в общих делах. | 0 | Тестирование, наблюдение. |
| | | Участвует при побуждении извне. | 5 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | Инициативен в общих делах. | 10 | |

*Приложение 2*

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

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

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.
CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.
DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон вперед торсом ниже 90°сохраняя прямую линию торса и рук.
DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.
DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.
DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.
DEVELOPPE [девлоппе] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.
DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.
EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.
EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.
EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.
FLAT BACK [флэт бэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
FLAT STEP [флэт стэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.
FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.
FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.
FROG-POSITION [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 из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.
GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.
GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание.
HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.
HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.
HOP [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».
JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.
JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).
JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.
JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.
KICK [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом developpe.
LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.
LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.
LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.
LOW BACK [лоу бэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.
AS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.
PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.
PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45° или 90°.
PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок.
PLIE RELEVE [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.
POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.
PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения « на полупальцах» и point.
PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.
RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе.
RELEVE [релеве] – подъем на полупальцы.
ROLL DOWN [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.
ROLL UP [ролл an] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.
ROND DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.
SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve).
SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.
SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.
SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.
SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step.pa-de-burre.).
SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед назад.
SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.
СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.
THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.
TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.
TOMBE [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.
TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.