

УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД-КУРОРТ
СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ХОСТА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД-КУРОРТ СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Принята на заседании
педагогического совета ЦДО «Хоста»
Протокол № № 9 от «27» июня 2023г.

Утверждаю
Директор ЦДО «Хоста»
Чолакян К.Д.
Приказ № 365 от «27» июня 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«СТЭП ЛАЙН ПЛЮС»

Уровень: базовый

Срок реализации программы 1 год (144 часа)

Возрастная категория: от 6,5 до 15 лет

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер программы в Навигаторе: 2033

Составитель:

Вербицкая Ольга Анатольевна
(Ф.И.О. преподавателя)
педагог дополнительного образо-
вания ЦДО «Хоста»

г. Сочи, 2023 г.

Раздел 1 программы «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1 Пояснительная записка программы

Наше общество вступило в третье тысячелетие - век скоростей и информационных технологий. Тем не менее, ребёнок должен развиваться как личность разносторонне и гармонично (как физически, так и интеллектуально, как нравственно, так и этически).

Наиболее сильный и важный источник переживаний ребёнка – его взаимоотношения с окружающими. Когда сверстники и взрослые признают его права, проявляют к нему внимание, он испытывает эмоциональное благополучие: чувство уверенности, защищённости, самодостаточности. Насколько удачно сформируется у ребёнка опыт общения в детстве, настолько эмоционально, эстетически он воспримет окружающий мир – настолько удачно и сложится его дальнейший жизненный путь.

В формировании эстетической и художественной культуры личности хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Занятия по хореографии воспитывают и развивают не только художественные навыки исполнения танцев разных жанров, но и выработку у ребенка привычки и нормы поведения в соответствии с постигаемыми законами красоты.

Творческая личность - важнейшая цель, как всего процесса обучения, так и эстетического воспитания. Без него, без формирования способности к эстетическому творчеству, невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Совершенно очевидно, что каждый педагог посредством эстетического воспитания готовит детей к преобразовательной деятельности. Педагог-хореограф должен сформировать, развить и укрепить у детей потребность в общении с искусством, понимание его языка, любовь и хороший вкус к нему.

Дополнительная общеобразовательная программа «**Стэп лайн плюс**» (базовый уровень) реализуется в рамках **художественной** направленности в творческом объединении Центра дополнительного образования «Хоста» г. Сочи.

Содержание программы нацелено на создание условий для развития учащихся, формирование культуры творческой личности, на приобщение к общечеловеческим ценностям. Обучение предполагает расширение представления учащихся о танцевальных стилях и направлениях, знакомит с основами классической и современной хореографии - модерн-джаз, хип-хоп, другими музыкальными направлениями хореографии и способствует укреплению физического здоровья.

Программа направлена на получение базового объема знаний, умений и навыков в области современной хореографии, развитие творческих способностей детей, расширение кругозора в области современного

хореографического искусства.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным 07.12.2018;
3. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (далее – Концепция);
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Постановлением 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»;
7. Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Краевыми методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ.

Актуальность программы «Стэп лайн плюс» (базовый уровень) определилась запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития для укрепления здоровья, расширения культурного и художественного кругозора, развития эстетического вкуса.

В настоящее время происходит подъем интереса детей и подростков к современному танцу. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков, через современный танец в окружающий мир воплощаются новые ритмы, манеры, пластика, что, несомненно, привлекает детей и подростков.

Занятия современным танцем воспитывают детей, закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию детей, учат их выразительности движений, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают детям снять

психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения дети приобретают навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства, у них формируется красивая осанка, развивается художественный вкус.

Новизна программы «Стэп лайн плюс» заключается в использовании методик и технологических приемов, учитывающих особенности физического развития детей младшего школьного возраста, а также методик развития гибкости, пластичности, силовых качеств в рамках современных тенденций развития хореографического искусства.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей. Занятия хореографическим искусством способствуют физическому развитию детей и обогащают их духовно. Дисциплинированность, трудолюбие и терпение, чувство ответственности, аккуратность – те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Таким образом, занятие хореографией как гармоничное занятие привлекает и детей, и родителей.

Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен также на приобщение ребенка к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации детей и подростков в обществе.

Систематические занятия танцем совершенствуют фигуру, вырабатывают правильную осанку, грациозность движений. Программа нацелена на формирование личностных, универсальных качеств, коммуникабельности, компетентности.

Программа направлена на предоставление возможности каждому учащемуся выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Отличительные особенности

Программа «Стэп лайн плюс» является модифицированной, она написана на основе многолетнего труда практикующих педагогов-новаторов в области *танца: основоположницы* советской балетной педагогики Вагановой А.Я. «Основы классического танца»; Мессерера А. «Уроки классического танца»; Лисицкой М.И. «Хореография в спорте».

Отличительные особенности программы состоит в том, что наряду с традиционными методами преподавания хореографии, используются практические разработки новых современных стилей и техник хореографии. В программе, наряду с изучением классической и современной хореографии есть занятия по общефизической, акробатической и пластико-гимнастической подготовке. На занятиях педагог для наиболее полного погружения учащихся в процесс обучения, использует личностно-ориентированный подход и применяет современные образовательные технологии: технологии ИКТ, развивающего обучения, технологию сотрудничества. Педагог использует метод импровизации на основе изученных базовых движений и музыкально-ритмических занятий. Для снятия нервного напряжения и зажимов у учащихся, большое внимание уделяется игровой и здоровьесберегающей технологиям.

Так же отличительной особенностью является возможность использования электронного обучения с применением дистанционных технологий в том числе в условиях режима «повышенной готовности» других форс- мажорных обстоятельств.

Программа адаптирована для реализации в условиях отдаленного поселения или временного ограничения (приостановки) для учащихся занятий в очной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения

Адресат программы:

Для освоения программы «Стэплайн» принимаются дети без гендерных различий и медицинских противопоказаний с 6,5 до 15 лет.

Задачи, поставленные педагогом-хореографом – эстетическое, физическое воспитание, раскрытие творческих способностей воспитание - неотделимы от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода.

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные - устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других. Учитывая анатомо-физиологические способности возраста в конкретной группе учащихся, педагогу нужно строить занятия хореографического коллектива.

Индивидуальный образовательный маршрут для детей с особыми образовательными потребностями: талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации по программе, планируется по форме (приложение 1).

Учащиеся, мотивированные на результаты, имеющие потребность в дополнительных занятиях и целенаправленной подготовке в избранном виде деятельности (хореография, современные танцы, балльные танцы и пр.) могут продолжить (или параллельно проходить) обучение по программам художественной направленности, реализующихся в ЦДО «Хоста», такие как «Танцевальная ритмика», и др. (необходимо при этом соблюдать допустимые

нормы занятий (САНПиН).

Для успешной работы педагог-руководитель должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям, распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

Уровень программы, объем и сроки реализации программы.

Программа реализуется на базовом уровне и рассчитана на 1 год обучения. Общий объем программы составляет 144 часа.

Формы обучения – очная (с возможностью электронного обучения с применением дистанционных технологий)

Режим занятий: по 2 учебных часа 2 раза в неделю

Еженедельное количество и продолжительность он-лайн занятий / консультаций по классам регулируется требованиями СанПиН, а также объемом учебного времени, отводимого конкретному программе, Учебным планом Центра, а именно рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взора непосредственно на экране ВДТ, на занятии не должна превышать: для учащихся 7-11 лет – 15 мин.; 11-14 лет – 20 мин.; 15-16 лет – 25 мин.

Особенности организации образовательного процесса. Форма организации деятельности групповая, но иногда могут применяться и другие формы: учащиеся исходя из творческих задач, ввиду педагогической и организационной необходимости могут принимать участие в малых или коллективных формах хореографической деятельности. Виды занятий – лекции, беседы, тематические занятия, практические занятия, концерты, участие в мероприятиях и творческих отчётах. Обязательным является участие в конкурсах и фестивалях: районных, городских, всероссийских или международных.

Программа составлена с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся возрастных групп 6-8, 9-12 13-15 лет.

6-8 лет. Подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо - вот, пожалуй, и все характерные черты. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.

9-12 лет. Отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их

увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Они хотят ощущать себя в положении людей, облеченных определенными обязанностями, ответственностью и доверием. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. Далекие цели, неконкретные поручения и беседы "вообще" здесь неуместны. Из личных качеств они больше всего ценят физическую силу, ловкость, смелость, находчивость, верность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни, ритуалам и символам. Они охотно принимают руководство вожатого. К его предложениям относятся с доверием и с готовностью откликаются на них. Доброжелательное отношение и участие вожатого вносят оживление в любую деятельность ребят, и вызывает их активность.

11-12 лет. Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением.

В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Их тянет к романтике. Вожатому легче воздействовать на подростков, если он выступает в роли старшего члена коллектива и, таким образом, 'изнутри' воздействовать на общественное мнение.

13-15 лет. Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится.

Дети этого возраста все настойчивее начинают требовать от старшего уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

Программа «**Стэп лайн плюс**» составлена с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

При организации образовательного процесса используются методы наблюдения, убеждения, стимулирования, создания ситуации успеха. Основой

для совершенствования движений и воспитания у детей необходимых двигательных навыков, является восприятие музыки. Подбор музыкального материала для ведения занятий играет большую роль.

Образовательный процесс предполагает применение следующих методов обучения:

- объяснительно-иллюстрированный (рассказ, беседа, просмотр в/ф, личный исполнительский пример);
- репродуктивный (упражнения, тренинги навыков);
- коммуникативный (дискуссия, диалог).

При применении в обучении электронного образования с применением дистанционных образовательных технологий, учитывая специфику программы, целесообразно использовать смешанный тип занятий, включающий элементы и online и offline занятий.

Для представления нового учебного материала проводятся online видеоконференции по темам. Offline – учащиеся выполняют полученные задания и высылают педагогу, используя различные доступные виды связи. В течении всего времени занятия педагог готов дать необходимые консультации, используя доступные виды связи учащегося.

Рефлексия по пройденному материалу, по отработке ошибок в выполнении заданий осуществляется или по сотовой связи или любыми другими возможностями, доступными учащимся.

Реализация воспитательной работы с учащимися проходит как в учебном процессе, так и во внеучебное время и является неотъемлемой частью педагогического процесса в творческом объединении. Целью воспитательной и внеучебной работы с учащимися является всестороннее развитие социализированной личности, обладающей социальной активностью и качествами гражданина Российской Федерации. (Приложение 3)

1.2. Цели и задачи программы:

Цель: создание условий для возникновения устойчивой мотивации к занятиям по современной хореографии, освоение базовых знаний, умений и навыков, развитие пластических и музыкальных данных

Задачи:

Образовательные:

Развить компетентности учащихся в хореографической деятельности: (развитие сценической, пластической, музыкальной грамотности на более высоком уровне), развитие художественных и творческих способностей учащихся, артистического мастерства.

Личностные задачи:

Создать условия для творческого самовыражения учащихся и формирования у них позитивной самооценки, приобщить учащихся к мировым и отечественным достояниям культуры посредством танцевального искусства, воспитать патриотические чувства с помощью художественных танцевальных

образов познакомиться с профессиями будущего на основе Атласа профессий.

Метапредметные задачи:

Способствовать формированию потребности в саморазвитии, чувства ответственности и умение взаимодействовать в коллективе, выработыванию устойчивой мотивации и познавательного интереса к культуре и хореографическому искусству, привычку к здоровому образу жизни.

Для решения поставленных задач данная программа предусматривает прочное овладение учащимися навыков исполнения гимнастических, акробатических упражнений, а также классического, современного танцев.

В случае реализации программы (части программы) в электронном виде с применением дистанционных технологий, для учащихся ставятся следующие задачи:

- формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами;
- формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д;
- развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно бесконтактно;
- развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях, др.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№	Наименование разделов	Всего часов	Количество часов		Формы аттестации / контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль / Беседа, диагностика
2	Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	92	6	86	Текущий контроль / демонстрационный
3	Основы классической и современной хореографии	26	8	18	Текущий контроль / демонстрационный
4	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	Текущий контроль / опрос
5	История танца	6	4	2	Текущий контроль / опрос
6	Концертно-показательные выступления	10		10	Текущий контроль / демонстрационный
7	Профессия будущего	2	1	1	Текущий контроль / беседа
7	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговый контроль / творческий отчет
	Итого:	144	23	121	

1.3.1. Содержание учебного плана

1. Вводное занятие (2ч.)

Теория (1ч.) Инструктаж по технике безопасности. Задачи на год.

Практика (1ч.) Стартовая диагностика

2. Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений джаз-модерн (92ч.)

Теория (6ч.)

Понятия об общефизической подготовке танцора. Выносливость, сила, быстрота, ловкость. Понятие «разогрев», его функции. Понятие терминов плие, батман, вращение, прыжок, Stretch (растягивание), swing (раскачивание). Что такое свинговые упражнения, для чего нужны упражнения на расслабление позвоночника. Структура урока и понятия основных его разделов. Профилактика травм при растягивании.

Практика (86ч.)

На этом этапе должны быть изучены следующие движения в разделе «Изоляция»:

- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari (Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом).

- Плечи: крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк;

- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.

- Таз: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка», shimmi, jellyroll.

- Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечий.

- Flex – сокращённая кисть, т.е. ладонь перпендикулярна предплечью.

- Jazz-hend: пальцы напряжены и разведены на максимальное расстояние друг от друга.

- Лопатка -Пальцы вытянуты, ладонь – продолжение руки

- Пальцы сжаты в кулак.

- Ноги: движения стопой, переводы стоп из параллельного в выворотное положение.

Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной стопой.

Раздел «Упражнения для позвоночника»:

- FlatBack вперёд, назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend, twist, спираль.

- Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve, body roll (волнапередняя, задняя, боковая)

Раздел «Координация»:

- Свинговые раскачивания двух центров
- Параллель и оппозиция в движении двух центров
- Принцип управления, импульсные цепочки.
- Координация движений рук, ног без передвижения

Раздел «Уровни»:

- Основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа»
- Упражнения stretch-характера в различных положениях
- Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта
- Упражнения на contraction и release в положении «сидя»
- Твист и спирали торса в положении сидя
- Движения изолированных центров

Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»

- Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону, вперёд-назад
- Шаги по квадрату
- Шаги с мультипликацией
- Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах
- Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу
- Прыжки (простые с натянутыми носками и поджатые)

Раздел «Комбинация»:

- Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров
- Шаги со сменой уровней
- некоторые движения из Базы Хип-хоп танца и модерн-джаз танца.

3. Основы классической и современной хореографии(26ч.)

Теория (8ч.)

Техника исполнения классической и современной хореографии в партере, у опоры и их отличия. Понятие «квадрат» по Вагановой А.Я. Понятие «перемещение в пространстве» в современной хореографии.

Практика (18ч.)

Классический экзерсис:

Изучение позиций ног, отработка их положения на полу.

Изучение позиций рук.

Упражнения у опоры.

Комплексы партерной хореографии.

Современный экзерсис:

Позиции ног:

- 1-я параллельная, стопы вместе;
- 1-аут – аналогична первой позиции в классическом танце;
- 1-ин – пятки направлены наружу, носки соединяются вместе;
- 2-я параллельная – стопы параллельны и находятся точно под бёдрами; плечи, бёдра и стопы находятся на одной прямой линии и составляют «квадрат» (Это очень важная позиция, в которой используются многие упражнения).
- 2-аут – аналогична классической позиции;
- 3-я позиция, практически, не используется.

Позиции рук:

- А- положение, Б- положение, В -положение в 1-й, 2-й, 3-й позициях.

Позиции кистей и их варианты:

- Flex,- сокращенная кисть;
- jazz – hend - пальцы напряжены.

Приседы:

- demi и grandplies по параллельным позициям,
 - перевод стоп и коленей из выворотного положения и наоборот.

Battementendu, battementjete:

- исполнение по параллельным позициям;
- перевод в выворотную позицию и наоборот;
- исполнение с сокращенной стопой (flex).

Rond de jambe par terre:

- по параллельным позициям,

Grandbattementjete:

- с сокращенной стопой у опоры вперёд, в сторону;
- с сокращенной стопой лицом к опоре, назад;
- по параллельным позициям.

4.Основы музыкальных ритмов (4ч.)

Теория (2ч.)

Понятие классической музыки. Понятие современной музыки. Корни афроамериканской музыки (фанк, хип-хоп, хаус, джаз, соул). Основные понятия музыки: характер, темп, ритм.

Практика (2ч.)

Примеры танцевальной музыки с угадыванием характера, темпа, ритма. Движения с хлопками под музыку.

5. История танца (6ч.)

Теория (4ч.)

История Развития Модерн-Джаз Танца.

История развития Классического танца.

Практика (2ч.)

- Воспроизвести хореографию Айседоры Дункан.
- Воспроизвести элементы классической хореографии.

6. Концертно-показательные выступления (10ч.)

Практика (10ч.)

Постановка индивидуальных и групповых танцевальных композиций в стиле:

- простейшего классического экзерсиса (на 64 такта)
- древнего танца (1,5 - 2 мин.)
- танца современной хореографии (хип-хоп на – 3 мин.)

Отработка рисунка танцев, репетиция танцев в полном объёме.

Посещение уроков танцевальных коллективов, «Училища искусств», отделения хореографии лучших танцевальных коллективов, народных танцев. Посещение балетных, музыкальных спектаклей (по гастрольному графику). Участие в фестивалях, городских конкурсах.

7. Профессии будущего (2 часа)

Теория: Беседа-путешествие по атласу новых профессий

Практика: Навигатор по рынку труда будущего. Построение образовательной вертикали

8. Итоговое занятие (2ч.)

Теория (1ч.) Итоги подготовительного этапа, поощрение лучших учеников, задание на лето.

Практика (1ч.) отчетное выступление

Планируемые результаты

Предметные: Учащийся должен знать и уметь:

- ✓ Основы классической и современной хореографии
- ✓ Танцевальную терминологию;
- ✓ Музыкальные размеры, ритмы;
- ✓ Отличительные признаки направлений хореографического искусства;
- ✓ Четко и выразительно исполнять движения, как во время тренировочных упражнений, так и в танцевальных постановках;
- ✓ Владеть основными упражнениями классического экзерсиса на середине зала;

- ✓ Исполнять основные движения, танцевальные комбинации современного и классического танца
- ✓ Правильно выстраивать танцевальный рисунок в танцевальных номерах;
- ✓ Выражать характер и настроение танца.

Личностные: Учащийся должен знать:

- ✓ Правила гигиены;
- ✓ умение рационально строить творческую деятельность, умение организовать место занятий;
- ✓ осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, к достижению творческих результатов.
- ✓ знакомство с навыком мышления о будущем на примере материалов Атласа новых профессий;

Метапредметные:

- ✓ Национальные традиции в хореографическом искусстве
- ✓ Музыкальные произведения, исполняемые в танцевальных номерах
- ✓ чувство собственного достоинства, гордости за культуру и искусство Родины, своего народа;
- ✓ уважительное отношение к культуре и искусству народов мира;
- ✓ формирование выраженной потребности в общении с искусством и природой, а также в самостоятельной практической творческой деятельности

При реализации программы (или частей программы) в электронном виде с применением дистанционных технологий учащиеся овладеют:

- техническими средствами обучения и программами.
- навыком самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д.
- умением работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно бесконтактно;
- умением самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

Способы проверки планируемых результатов:

В целях выявления уровня развития способностей и личных качеств учащегося в соответствии с ожидаемыми результатами дополнительной общеобразовательной программы «Стэп лайн плюс» проводится стартовая диагностика, текущий контроль и итоговая (промежуточная) аттестация в виде отчетных мероприятий и концертов.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий,

включающий формы аттестации

2.1. Календарно-учебный график

Начало учебного периода определяется Приказом;

Количество учебных недель – 36

Каникулы – отсутствуют

Организованные выезды и экскурсии – по согласованию с принимающей стороной

Сроки итоговой аттестации – согласно КУГУ

КУГ в Приложении 2

2.2. Условия реализации программы.

Для успешной организации учебно-воспитательного процесса используется ряд дидактических материалов, наглядных пособий и технических средств обучения:

1. Учебная литература по классической, современной хореографии.
2. Учебная литература по разработке уроков современного танца.
3. Учебная литература по народным танцам.
4. Видеоматериалы по выступлениям лучших музыкальных и танцевальных коллективов.
5. Оборудование танцевального зала:
 - хореографический станок;
 - зеркала;
 - сценическая площадка;
 - фортепиано;
 - музыкальный центр;
 - компакт-диски;
 - DVD плеер.

Программа может быть реализована на основе договора о сетевой форме реализации образовательной программы, где базовая организация – ЦДО «Хоста» и организация-участник – муниципальное общеобразовательное учреждение. Организация-участник предоставляет ресурсы, необходимые для реализации данной программы такие как: помещение, мебель, оборудование. При этом программа для учащихся реализуется на бюджетной основе за счет субсидий, предусмотренных Базовой организацией. При реализации данной программы ресурсы Организации-участника используются Базовой организацией на безвозмездной основе.

На период режима «повышенной готовности», или любых других форс-мажорных обстоятельств, при электронном обучении с применением дистанционных технологий так же требуется наличие либо компьютера (с колонками, веб-камерой), либо планшета, смартфона с возможностью выхода в Интернет; установленной бесплатной программы для участия в online видеоконференциях, вебинаров и т.д.

Информационное обеспечение: в ходе реализации программы, учащиеся самостоятельно по заданию педагога или во время проведения занятия будут обращаться к аудио и видеозаписям, интернет-источникам, к примеру, при подготовке к интервью.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий соответствующую подготовку, прошедший мастер-классы по современному танцу

2.3. Формы аттестации.

Контроль качества усвоения программы осуществляется в следующих формах:

- Контрольные занятия;
- Открытые занятия;
- творческие отчеты;
- беседы;
- опросы;
- Концертные выступления.

Требования к организации контроля:

- Систематичность;
- Размеренность проведения контроля на всех этапах процесса обучения;
- Разнообразии форм контроля;
- Обеспечивающие выполнение его обучающей развивающей и воспитывающей функции;
- Объективность: дифференцированный подход, учитывающий специфические особенности учебного курса.

№	Виды контроля	Цель организации контроля	Формы организации контроля
1.	Входной контроль / диагностика	Контроль направлен на выявление знаний, умений и навыков (выворотность, гибкость, шаг, музыкальность)	Индивидуальный устный контроль
2.	Текущий контроль	Осуществляется в повседневной работе с целью проверки, усвояемости предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях учащихся	Практический фронтальный контроль
3.	Итоговый (промежуточный) контроль	Проводиться по окончанию обучения года (полугодия) с целью выявления уровня знаний учащихся.	Творческий отчет

2.4. Оценочные материалы. Оценка качества освоения программы производится при помощи:

- педагогических наблюдений (карты диагностики и карты контроля);

- концертных и конкурсных выступлений

Основные критерии:

Музыкальный слух, выразительность исполнения, координация, ловкость движений, творческие способности к импровизации, интерес к предмету

КАРТА КОНТРОЛЯ

ЗУН учащихся т.о. «Стэп-лайн плюс»

(итоги диагностирования)

п/п №	Ф.И. учащегося	Пластическая выразительность	Танцевально-ритмический потенциал	Апломб, Координация в пространстве	Личностные качества	Средний бал

2.5. Методические материалы

Занятия акробатикой, гимнастикой в сочетании с хореографией способствуют физическому и эстетическому росту детей, укрепляет здоровье, благотворно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Даже небольшой объем акробатической подготовки позволит ребенку стать более ловким, сильным, а хореография разовьет хорошую осанку, пластичность и легкость движений. Учебно-образовательная программа «Стэп-лайн плюс» построена, так чтобы ребенок мог быстрее освоить технику исполнения танцевальных элементов. Большое внимание уделяется работе над выразительностью исполнения номера.

При реализации программы необходимо сделать акцент на этапах обучения:

Подготовительный этап – учащиеся должны правильно держать равновесие, спину, знать основную терминологию движений классического и современного танца, освоить некоторые элементы движений современного модерн-джаз танца (хип-хоп), классической и современной хореографии. Иметь представление о классическом и современном танце, владеть начальной техникой исполнения, уметь различать ритмы и стили танца.

Базовый этап – учащиеся должны обучиться первым навыкам импровизации, сценического движения, продолжить освоение основных элементов классической и современной хореографии, танцев хип-хоп, джаз-модерн. Учащиеся должны научиться анализировать музыкальные произведения, определять их жанр и форму, темп, характер. Такой анализ позволяет развить ассоциативное мышление. Дети должны понять, что любой танец – есть эмоциональное пластическое выражение музыки.

Продвинутый этап – учащиеся должны овладеть более сложными техниками исполнения течений современного танца (джаз-модерн), хорошо

владеть основами техники классического танца, навыками координации движения тела. Уметь различать различные танцевальные стили. Уметь работать со сценой и зрителем. Наряду с такими качествами как выносливость, быстрота реакции, учащиеся должны обладать умением импровизировать и хорошо воспринимать новые стили танца. На данном этапе решаются так же задачи с повышенной требовательностью и степенью притязания к учащимся, шефской помощью над младшими учениками. Благодаря чему происходит преемственность уровней обучения, а ребята получают свой первый педагогический опыт.

Далее рекомендуется разбить уроки современного танца на следующие составляющие:

1. Разогрев
2. Изоляция
3. Партер
4. Адажио
5. Кросс
6. Комбинация

1. «Разогрев» - имеет своей целью привести в рабочее состояние все мышцы тела. Он может быть на середине зала, у станка, в партере. Он различается по динамике исполнения, возможно сочетание упражнений в быстром и медленном темпе. Основные задачи «Разогрева»:

- а) ахиллесово сухожилие
- б) коленный сустав
- в) тазобедренный сустав
- г) позвоночник
- д) мышцы необходимые для работы в той или иной технике.

Для того чтобы перейти к следующему разделу урока – «Изоляции», необходимо добиться достаточной свободы и расслабленности позвоночника. Для этого используются упражнения свингового характера:

- а) drop (падение)
- б) swing (раскачивание)
- в) рол даун и ролл ап (скручивание и раскручивание позвоночника посуставно)
- г) Твист корпуса (скручивание в сторону)
- д) флэтбэк (наклон прямой спины в перед)
- е) сайт стрейч (наклон корпуса в сторону на 90 градусов)
- и) упражнения на расслабление позвоночника

При использовании свинга необходимо: добиваться полной расслабленности тела. Важной особенностью исполнения является его взаимосвязь с дыханием: падение используется на выдохе, подъём на вдохе.

Также, работая над позвоночником, нужно упомянуть о двух терминах: contraction и release (сжатие и расширение). Они тесно связаны с дыханием, первый выполняется на выдохе, второй - на вдохе. Важная особенность: во время contraction происходит аккумуляция внутренней энергии, которая затем выплёскивается во время release, или какого-либо движения.

Так же необходимо уделить не менее важную часть разогреву мышц для работы в различных техниках современного танца (хип-хоп – мышцы спины, корпуса, четырехглавая мышца ; ПАПИНГ – мышцы шеи, груди, рук, ног, спины, боковые мышцы, трапециевидная , мышцы пресса и ягодиц, джаз модерн – все группы мышц включая мышцы участвующие в растягивании).

2) *«Изоляция»* - эта часть урока более насыщена упражнениями. Если в разогреве всё тело активизируется, то в изоляции происходит более глубокая работа мышц различных частей тела: головы, плеч, грудной клетки, таза, рук и ног.

Первоначально все движения изучаются в чистом виде. Затем движения выстраиваются в простейшие комбинации. Следующий этап – в более сложные геометрические структуры, и, наконец, соединение движений нескольких центров.

Основной задачей педагога во время изучения движений изолированных центров – чтобы они действительно были изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта, на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, так как анатомически все центры взаимосвязаны.

Важной составляющей раздела «изоляция» является координация движений. Первый этап обучения – координация 2-х, 3-х, 4-х изолированных центров в одновременном параллельном движении. Затем она усложняется введением сложных ритмических рисунков, и, наконец, координация нескольких центров во время передвижения.

3) *«Партер»* - следующий очень важный этап. Движения, исполняемые на полу – существенная часть хореографии. В уроке этот раздел несёт очень важные функции:

- а) в партере можно производить разогрев
- б) упражнения на изоляцию
- в) в партере очень эффективны упражнения на развитие подвижности позвоночника
- г) в партере могут использоваться упражнения стретч-характера

Во всех упражнениях для развития подвижности позвоночника основное внимание педагог должен уделить положению спины. Учащиеся должны чётко осознавать положение, когда позвоночник вытянут вверх и спина вертикальна, и положение, когда позвоночник округляется, или изгибается в каком-либо направлении. Все движения должны исполняться в ритме ровного и глубокого дыхания.

4) *«Адажио»* - в джаз-модерн танце упражнения этого раздела, как правило, исполняются на середине зала, хотя, как и в классическом экзерсисе,

могут фрагментально (для выработки устойчивости) отрабатываться и у опоры, а только затем переноситься на середину зала. Адажио имеет 3 основные цели:

- отработка устойчивости (апломб) и развитие шага;
- отработка вращения в позах;
- отработка пространственного расположения.

5) «Кросс» - в этом разделе используются перемещения, передвижения в пространстве. Это – заключительная часть урока. Её цель – развить такие качества, как танцевальность. «Кросс» - самая импровизированная часть урока, она даёт ощущение стиля, координацию. «Кросс» может быть с использованием шагов «примитива», то есть афротанца, с элементами танца модерн (с применением падений, перекатов по полу).

При всех видах «красса» надо выдержать один стиль и манеру движения. Виды движений, используемые в «кроссе»: шаги, прыжки, вращения.

б) «Комбинация» - самый последний раздел. Нет никаких рецептов построения «комбинации». Они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть в «партере» с нетрадиционными передвижениями на полу, типа перекатов, кувырков и т.п., и могут быть заимствованы из модных стилей бытовой хореографии.

Главное требование к этому разделу – танцевальность, раскрывающая индивидуальность исполнителя.

Основное отличие комбинации от хореографического номера в том, что в ней нет никакой идеи, кроме технического совершенствования. К сожалению, в настоящее время многие балетмейстеры часто выносят на сцену хореографические номера, которые напоминают комбинацию – набор движений без мысли и развития. Этого надо избегать, развиваясь музыкально, духовно, просматривая видеоматериалы и живые концерты, мюзиклы, танцевальные шоу известных российских и зарубежных исполнителей.

Организация образовательного процесса в условиях электронного обучения с использованием дистанционных технологий выстраивается в соответствии с учебным планом, сформированных в группы учащихся являющихся основным составом объединения, а также индивидуально для учащихся не имеющих технической и иной возможности для освоения программы в электронной форме.

В ходе образовательного процесса могут применяться следующие формы и виды образовательной деятельности: видеолекции (офлайн: предоставляемые обучающимся в качестве ресурсов в СДО, ссылок на интернет-ресурсы; онлайн: с использованием свободно распространяемых сред для проведения вебинаров);

видеоконференции, форумы, (офлайн: на базе СДО, используя инструменты различных сред; онлайн - с использованием свободно распространяемых сред для проведения вебинаров);

онлайн - семинары и практические занятия на базе свободно распространяемых сред для проведения вебинаров (Яндекс Телемост, Телеграмм, ВКонтакте, Сферум);

чат (онлайн-консультации в СДО с помощью инструмента «чат» либо проведение вебинара с использованием свободно распространяемых сред;

видео-консультирование, в том числе в форме вебинаров, очный или дистанционный прием итогового теста, в том числе в форме вебинара; дистанционные конкурсы, фестивали, мастер-классы; веб – занятия, электронные экскурсии, телеконференции.

Контроль результатов обучения (офлайн – выполнение и проверка заданий, замечания и комментарии по ним, тестирование, опросы, онлайн – проведение опросов может осуществляться посредством видеоконференцсвязи).

Примерный план работы на 1 занятие:

Введение нового материала и его отработка в режиме online конференции.

Отправка учебного материала или ссылок на учебный ролик и пр.

Консультирование учащихся по мере необходимости.

Анализ полученных от учащегося решений.

Отправка списка материалов, ссылок для следующего занятия

2.6 Список рекомендуемой литературы

Литература, рекомендуемая для детей:

1. Боброва Г.А. Искусство грации - Ленинград, «Детская лит-ра», 1986.
2. Озерецкая Е.Л. Олимпийские Игры - Ленинград, «Детская лит-ра», 1990.
3. Махалова Т.И. Для вас, девочки! Сборник. - Новосибирск, «Детская лит-ра», 1993.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: «Айрис Пресс», 1999.
5. Боффи. Г. Большая энциклопедия музыки: пер. с итал. - М.: АСТ: Астрель, 2008.
6. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены) – М.: 1974.
7. Вавилова Е.Н. Учитесь бегать, прыгать, лазать, метать... - М.: «Дрофа», 2003.
8. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры – М.: «Дрофа», 2003.
9. Вербицкая А. Основы сценического движения – М.:, 1983.
Кондратьева М.Н. Как стать сильным и выносливым. Книга для учащихся – М.: Просвещение, 1984.
10. Твой олимпийский учебник. Учебное пособие для учреждений образования России. – М.: Советский спорт, 2004.

11. Модерн-Джаз танец. Уроки. Никитин В.Ю. 04.12.2016г.

Литература, рекомендуемая для педагога:

1. Агеевец В.У., Поликарпова Г.М. Олимпийские игры из прошлого в будущее – СПб, «СПбГАФК им. Лесгафта», 1996.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М., «Айрис Пресс», 1999.
3. Боффи. Г. Большая энциклопедия музыки: пер. с итал.-М.:АСТ:Астрель, 2008.
4. Боброва Г.А. Искусство грации – Л., «Детская литература», 1986.
5. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движения – М., «Просвещение», 1983.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движения – М., «Просвещение», 1984.
7. Вавилова Е.Н. Учитесь бегать, прыгать, лазать, метать... - М., «Дрофа», 2003.
8. Васютин Н.А. Выступают юные гимнасты – М., «Детская лит-ра», 1978.
9. Вербицкая А. Основы сценического движения – М., 1983.
10. Волков О.И. Супервозможности человека – СПб, ИК «Невский Проспект», 2003.
11. Волков И.П. Телопсихика человека - СПб, «ИД Весь», 2005.
12. Варанина Т.Т., Кудряшова Л.Н., Маркова Т.П. Упражнения с

- предметами (скакалка, лента, вымпелы) – М., «Физкультура и спорт», 1973.
13. Великие россияне. Мастера литературы и кино. // Сост. Сергеева Н.Б.М: Вече. 2008.
 14. Ваганова А.Я. Основы классического танца (издание 6) – СПб, «Лань», 2001.
 15. Говорова М.А., Плешкань А.В. Специальная физическая подготовка юных спортсменов высокой квалификации в художественной гимнастике. Уч. пособие – М., 2001.
 16. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены) – М., 1974.
 17. Грановская Р.М., Крижанская Ю.С. Творчество и преодоление стереотипов – СПб, «ОМС», 1994.
 18. Дорохов Р.Н., Бахрах И.И. Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма – Смоленск, «Медицина, подросток и спорт», 1975.
 19. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры – М., «Дрофа», 2003.
 20. Константиновский В. Учить прекрасному – М., 1973.
 21. Коротков И.М. Подвижные игры во дворе. – М., «Знание», 1987.
 22. Кондратьева М.М. Солнца хватит для всех – М., «Физкультура и спорт», 1987.
 23. Кондратьева М.Н. Как стать сильным и выносливым. Книга для учащихся – М., «Просвещение», 1984.
 24. Кристи Т.В. «Основы актерского мастерства. М, «Искусство», 1985.
 25. Карпенко Л.А., Винер И.А. Методика оценки и развития физических способностей у занимающихся художественной гимнастикой. - СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта. 2007.
 26. Коломинский Я.Л. Психология личных взаимоотношений в группе сверстников. – Минск, 1980.
 28. Коломинский Я.Л. Психология детского коллектива: система личных взаимоотношений – Минск, 1984.
 29. Костюченков В.Ф., Шигула Р. Человек мотивированный спортом – СПб, «РГПУ им. Герцена», 2003.
 30. Костюченков В.Ф. Профессионализм в сфере физической культуры. Уч. Пособие – СПб, «СПбГАФК им. Лесгафта», 2003.
 31. Коркин В.П. Гимнастика и акробатика в семье – Минск, «Полымя», 1986.
 32. Кузнецов В.С., Колодницкий В.А. Силовая подготовка детей школьного возраста – М., «НЦ ЭНАС», 2002.
 33. Лисицкая М.И. Хореография в спорте – Киев, 1991.
 34. Лагутин А.Б., Матвеев А.П. Помогите ребёнку стать сильным и ловким

– М., 1994.

35. Майкл Джон Алтер Наука о гибкости – Киев, «Олимпийская литература», 2001.

36. МэксинТобиас, Мэри Стюарт. Растягивайся и расслабляйся – М., «Физкультура и спорт», 2004г.

37. Махалова Т.И. Для вас, девочки!: Сборник. - Новосибирск, «Детская лит-ра», 1993.

38. Менджеричская Д.В. Творческая игра, как средство нравственного воспитания – М., 1963.

39. Назайкинский Е.В Стиль и жанр музыки. Учебное пособие для вузов – М., «Владос», 2003.

40..Никитин В.Н. «Модерн-джаз танец». Издательский дом» «дин из лучших», 2004.

41. Никитн В.Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии.» «Когито-центр» М, 2003.

42. Озерецкая Е.Л. Олимпийские Игры - Ленинград, «Детская лит-ра», 1990.

43. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать – М., «Владос», 2003г.

44. Пестов П.А. Уроки классического танца – М., «Вся Россия», 1999.

45. Петровский В.А., Калинин В.К. Личностно- развивающее взаимодействие – Ростов-на-Дону, 1993.

46. Родионов А.В. Практическая психология физической культуры и спорта – Махачкала, «Юпитер», 2002.

47. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика – М., «Просвещение», 1989.

48. Станиславский К.С. «Работа актера над собой в творческом процессе переживания» - СПб.: Прайм-Еврознак, 2008.

49. Стромов З.Ю. Путь актера к творческому перевоплощению. - Ростов-на Дону, Феникс, 2000.

50. Словарь основных терминов по теории и методике гимнастики: Уч. пособие под ред. В.Н. Курсыя – Ставрополь, 1995.

51. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес-Данс». Лечебно-профилактический танец. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.

52. ФирилеваЖ.Е.,Сайкина Е.Г.»Фитнес-Данс». Лечебно-профилактический танец. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.

53. Фирилева Ж.Е. ,Сайкина «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.

54. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов – М., «Физкультура и спорт», 2004.

55. Холодов Ж.К. Азбука движений – М., 1990.

56. Хотякова Г.Б. Родителям о физическом воспитании детей – М., «Физкультура и спорт», 1962.

57. Художественная гимнастика. Учебник под общ. ред. Карпенко Л.А – М., 2003.

58. Художественная гимнастика Учебно-образовательная программа для специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства под общ. ред. Плотников А.И., Плешкань А.В., Орлакис Л.Ф. – Краснодар, 2007.

59. Шипилина И.А. Хореография в спорте. Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте – Ростов-на-Дону, «Феникс», 2004.

60. Ян Юнас Атлас первой медицинской помощи. 3 издание – «Освета Мартин», 1978.

61.Электронный музей профессий [Электронный ресурс] // URL: <https://profvibor.ru/>

62.Атлас новых профессий [Электронный ресурс] // URL: <https://atlas100.ru/catalog/>

Интернет-ресурсы для организации online обучения:

1. Платформа Яндекс Телемост (<https://telemost.yandex.ru/>)
2. Сферум - система обмена текстовыми, audio и video файлами, (организация обучения в группе) (<https://sferum.ru/>)
3. RuTube – видеохостинг для загрузки видео
4. Платформа «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>)
5. Телеграмм - система обмена текстовыми, audio и video файлами, (организация обучения в группе) (<https://web.telegram.org/z/>)
6. «В контакте» <https://vk.com/@edu-for-distant>

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ

_____ учащегося
 творческого объединения _____
 по дополнительной общеобразовательной программе «Стэп лайн плюс»
 педагог: _____
 на _____ учебный год

Таблица 1

№	Раздел	Наименование мероприятий
	Учебный план	Перечень пройденных тем: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____ 6. _____
		Перечень выполненных заданий: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____ 6. _____
	«Творческие проекты»	Перечень тем: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
		Перечень выполненных заданий: 1. _____ 2. _____ 3. _____

		4. _____
	Самостоятельная работа	Перечень работ, выполненных внепрограммного материала самостоятельно: 1. _____ 2. _____ 3. _____
	"Профессиональная ориентация"	Перечень мероприятий, проведенных учащимся в помощь педагогу и ориентированных на выбор профессии, т.е. открытые занятия, помощь начинающим детям, участие в творческих мастерских: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
	Участие в мероприятиях	Перечень мероприятий: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
		Достижения: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

2.1. Календарный учебный график обучения «Стэп лайн плюс» (базовый уровень)

Педагог дополнительного образования -

Место проведения:

Время проведения:

Таблица 2

	Дата	Тема занятия	Кол-во часов		Содержание занятия	Форма занятия	Форма контроля
			теория	практика			
1.		Вводное занятие Инструктаж по ТБ. Задачи на год	1	1	Введение в образовательную программу. Определение хореографических возможностей учащихся Танцевальные упражнения: пластика, ритм,	беседа	входной диагностика
2.		1.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	-Понятия об общефизической подготовке танцора - <u>«Изоляция»</u> , Голова (sundari).	практическое занятие	текущий контроль
3.		2.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	- Понятие «разогрев», его функции. - «Изоляция» -- Плечи: крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк;	практическое занятие	текущий контроль
4.		3.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	- Понятие терминов Плие, батман, вращение, прыжок, Stretch (растягивание) - «Изоляция»- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.	практическое занятие	текущий контроль
5.		4.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	- swing (раскачивание). Что такое свинговые упражнения, для чего нужны упражнения на расслабление позвоночника.	практическое занятие	текущий контроль

					- «Изоляция», Таз: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка», shimmi, jellyroll.		
6.		5.Комплексе развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	-Структура урока и понятия основных его разделов. - «Изоляция»,Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечий (Flex, Jazz-hend,лопатка, кулак).	практическое занятие	текущий контроль
7.		6.Комплексе развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	1	1	- Профилактика травм при растягивании. -«Изоляция»-Ноги: движения стопой, переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной стопой.	практическое занятие	текущий контроль
8.		7 Комплексе развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Упражнения для позвоночника»:</u> - FlatBack вперёд, назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend, twist, спираль.	практическое занятие	текущий контроль
9.		8 Комплексе развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Повторение и закрепление ранее изученного материала « упражнения для позвоночника».	Практическое занятие	текущий контроль
10.		9.Комплексе развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Упражнения для позвоночника»:</u> - Contraction, release, highrelease. Положение arch, lowback, curve, bodyroll (волна передняя, задняя, боковая)	практическое занятие	текущий контроль
11.		Основы классической и современной хореографии	1	1	Изучение позиций ног, отработка их положения на полу. Плие, батман тандю.	практическое занятие	текущий контроль
12.		Основы классической и современной хореографии	1	1	Изучение позиций рук.	практическое занятие	текущий контроль
13.		Основы классической и современной хореографии	1	1	Упражнения у опоры. Плие, батман тандю, батман жете, ронд де жан партер, гранд батман.	практическое занятие	текущий контроль

14.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Упражнения для позвоночника»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
15.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Координация»:</u> - Свинговые раскачивания двух центров	практическое занятие	текущий контроль
16.		Основы классической и современной хореографии	1	1	Повторение и закрепление ранее изученного материала	практическое занятие	текущий контроль
17.		Основы классической и современной хореографии	1	1	<u>Современный экзерсис:</u> Позиции ног:	практическое занятие	текущий контроль
18.		Основы классической и современной хореографии	1	1	<u>Позиции рук:</u> - А- положение, Б- положение, В -положение в 1-й, 2-й, 3-й позициях.	практическое занятие	текущий контроль
19.		Основы классической и современной хореографии	1	1	Повторение и закрепление ранее изученного материала	практическое занятие	текущий контроль
20.		Основы классической и современной хореографии	1	1	<u>Позиции кистей и их варианты:</u> - Flex,- сокращенная кисть; - jazz – hend - пальцы напряжены.	практическое занятие	текущий контроль
21.		Основы классической и современной хореографии		2	Комплексы партерной хореографии.	практическое занятие	текущий контроль
22.		10.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
23.		11.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: Параллель и оппозиция в движении двух центров	практическое занятие	текущий контроль

24.		12.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
25.		Концертно-показательные выступления		2	Концертно-показательные выступления	практическое занятие	текущий контроль
26.		13Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: Принцип управления, импульсные цепочки.	практическое занятие	текущий контроль
27.		14.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: - Координация движений рук, ног без передвижения	практическое занятие	текущий контроль
28.		15.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
29.		Основы классической и современной хореографии		2	Повторение и закрепление комплекса партерной хореографии	практическое занятие	текущий контроль
30.		Основы классической и современной хореографии		2	Комплекс партерной хореограф в модерн-джаз танце	практическое занятие	текущий контроль
31.		Основы классической и современной хореографии		2	Покторение и закрепление партерной хореографии в модерн-джазе.	практическое занятие	текущий контроль
32.		Основы классической и современной хореографии		2	Апломб. Изучение вращений.	практическое занятие	текущий контроль
33.		16.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Уровни»:</u> - Основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа» - Упражнения stretch-характера в различных положениях	практическое занятие	текущий контроль
34.		17.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль

35.		18.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Уровни»:</u> Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта	практическое занятие	текущий контроль
36.		19.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
37.		Основы музыкальных ритмов	1	1	Понятие классической музыки.	практическое занятие	текущий контроль
38.		20.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Уровни»: - Упражнения на contraction и release в положении «сидя» - Твист и спирали торса в положении сидя	практическое занятие	текущий контроль
39.		Основы музыкальных ритмов	1	1	Понятие современной музыки.	практическое занятие	текущий контроль
40.		21.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
41.		22.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Раздел «Уровни»: Движения изолированных центров	практическое занятие	текущий контроль
42.		Концертно-показательные выступления		2	Концерт	практическое занятие	текущий контроль
43.		23.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»</u> - Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону, вперёд-назад	практическое занятие	текущий контроль
44.		История танца	1	1	<i>Возникновение джаз-модерн танца, его основоположники</i>	практическое занятие	текущий контроль

45.		24.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Шаги по квадрату	практическое занятие	текущий контроль
46.		История танца	1	1	История Возникновение Хип-хоп танца	практическое занятие	текущий контроль
47.		25.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
48.		История танца	1	1	джаз-модерн танца на начальном Этапе (Айседора Дункан	практическое занятие	текущий контроль
49.		26.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Шаги с мультипликацией	практическое занятие	текущий контроль
50.		История танца	1	1	Понятие о патидэнс	практическое занятие	текущий контроль
51.		27.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах	практическое занятие	текущий контроль
52.		28.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
53.		29.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу	практическое занятие	текущий контроль
54.		30.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
55.		31.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Прыжки (простые с натянутыми носками и поджатые)	практическое занятие	текущий контроль

56.		32.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
57.		33.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> -Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров	практическое занятие	текущий контроль
58.		34.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
59.		Концертно-показательные выступления		2	Концерт	концерт	текущий контроль
60.		35.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Шаги со сменой уровней	практическое занятие	текущий контроль
61.		36.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
62.		37.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> некоторые движения из Базы Хип-хоп танца	практическое занятие	текущий контроль
63.		38.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
64.		39.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Тренажно-танцевальная комбинация из базы модерн-джаз танца	практическое занятие	текущий контроль
65.		40.Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль

66.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Самостоятельная работа, тренинг.	практическое занятие	текущий контроль
67.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Подготовка к отчетному концерту. Повторение пройденного материала. Отработка.	практическое занятие	текущий контроль
68.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Подготовка к отчетному концерту. Повторение пройденного материала. Отработка танцевальных номеров	практическое занятие	текущий контроль
69.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		2	Повторение и закрепление всех разделов изученных за год.	практическое занятие	Итоговая диагностика
70.		Концертно-показательные выступления		2	Концерт	Концерт	Итоговый контроль
71.		Профессии будущего	1	1	Беседа-путешествие по атласу новых профессий Навигатор по рынку труда будущего. Построение образовательной вертикали	комбинированное занятие	текущий контроль
72.		Итоговое занятие	1	1	Рефлексия Отчетное выступление	практическое занятие	Итоговая диагностика
73.			23	121			

**Раздел о воспитании в дополнительной общеобразовательной
программе «Стэп-лайн плюс» ЦДО «Хоста»**

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания учащихся

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, 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 (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

— усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, культуры; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

— формирование и развитие личностного отношения детей к вокальному искусству, к собственным нравственным позициям и этике поведения в творческом объединении;

— приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе творческого объединения, 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:

— освоение учащимися понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);

— принятие и осознание ценностей 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 уважение к труду, результатам труда, уважения к старшим;

2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования учащихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования

межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания учащихся при реализации программы является организация их взаимодействий при в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступлений на различных площадках Центра, района, города.

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 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.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности творческого объединения на основной учебной базе реализации программы в ЦДО «Хоста» в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

4. Календарный план воспитательной работы

<i>сроки</i>	тематика	<i>Название события, мероприятия</i>	<i>Практический результат и информационный продукт,</i>
--------------	----------	--------------------------------------	---

			<i>иллюстрирующий успешное достижение цели события</i>
октябрь	День Учителя	Концертные выступления	Фото, видеоотчет
Октябрь, ноябрь	«День пожилого человека», «День инвалида»	Концертные выступления	Фото, видеоотчет
ноябрь	День Матери	«Поделись теплом»	Фотоотчет, видеоотчет
Декабрь- январь	Рождество, Новый год	Тематические мероприятия, изучение традиций собственной семьи	Фотоотчет
февраль	День защитника Отечества	Концертные выступления	Фото, видеоотчет
март	День 8 Марта	Концертные выступления	Фото, видеоотчет
апрель	День космонавтики	Концертные выступления	Фото, видеоотчет
май	День Победы	Концертные выступления	Фотоотчет проведения акции

Работа с родителями учащихся или их законными представителями:

- регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения и учреждения в целом;
- помощь родителям обучающихся или их законным представителям в регулировании отношений между ними, администрацией и педагогами учреждения;
- организация родительских собраний, происходящих в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания обучающихся;
- привлечение членов семей учащихся к организации и проведению дел (мероприятий) в объединении, в Центре.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с предметными направленностями разрабатываемых программ и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование: уважения к художественной культуре, искусству народов России; восприимчивости к разным видам искусства; интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров; опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в

презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, выставках и т. п.; стремления к сотрудничеству, уважения к старшим; ответственности; воли и дисциплинированности в творческой деятельности; опыта представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России; опыта

<i>№</i>	<i>Название мероприятия</i>	<i>Формы проведения</i>	<i>Месяц</i>
1	Вежливость на каждый день.	Беседа, диспут.	сентябрь
2	«Азбука Здоровья - ЗОЖ и режим дня»	Беседа о режиме дня.	октябрь
3	«Государственная символика Российской Федерации»	Беседа, презентация	ноябрь
4	История и традиции празднования Нового года и Рождества в России	Подготовка рефератов и презентации	декабрь
5	«Вредные привычки и их последствия»	Обсуждение. Презентация	январь
6	Праздничное мероприятие ко Дню Защитника Отечества.	Игра «Вперед мальчишки»	февраль
7	Праздничное мероприятие, посвященное Международному женскому дню 8 Марта	Участие в поэтическом конкурсе	март
8	Знакомство с достопримечательностями г. Сочи	Мультимедийная презентация-экскурсия по городу	апрель
9	Мероприятие, посвященное 78-летию Победы в ВОВ – «Сочи – город-госпиталь»	Экскурсия в Музей истории Хостинского района г. Сочи	май

