

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 № 1 от «28» августа 2023г.

Утверждаю  
Директор ЦДО «Хоста»  
Чолакян К.Д.  
Приказ № 445 от «28» августа 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

## «Стэп лайн»

Уровень: ознакомительный

Срок реализации программы (общее количество часов) 1 год (108 часов)

Возрастная категория: от 6,5 до 10 лет

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер программы в Навигаторе: 36578

Составитель:

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

г. Сочи, 2023 г.

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

### 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 общеразвивающая программа «Стэп лайн» (ознакомительный уровень) реализуется в рамках **художественной направленности** в ЦДО «Хоста» г. Сочи. Программа «Стэп Лайн» - ознакомительный уровень - разработана для формирования познавательного интереса учащихся к хореографическому искусству.

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;

10. Уставом ЦДО «Хоста».

**Направленность программы «Стэп Лайн» (ознакомительный уровень)** художественная. Содержание программы нацелено на создание условий для развития учащихся, формирование культуры творческой личности, на приобщение к общечеловеческим ценностям. Содержание программы расширяет представления учащихся о танцевальных стилях и направлениях, знакомит с основами классической хореографии, историей современной хореографии - модерн-джаз, музыкальными ритмами, способствует укреплению физического здоровья

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной программы «Стэп Лайн» (ознакомительный уровень) определена запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития с целью повышения двигательной активности детей, укрепления их здоровья, расширения общего культурного и художественного кругозора, удовлетворения духовных потребностей, развития эстетического вкуса.

**Новизна программы «Стэп Лайн» (ознакомительный уровень)** 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.

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.).

### **Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной программы «Стэп Лайн» (озн.ур.)**

Программа «Стэп Лайн» (озн.ур.) 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 «Стэп Лайн» (озн.у.) состоит в том, что наряду с традиционными методами преподавания хореографии, используются практически разработанные новые современные стили и техники хореографии.

В программе, наряду с изучением классической и современной хореографии есть занятия по общефизической, акробатической и пластико-гимнастической подготовке.

На занятиях педагог использует личностно-ориентированный подход, применяет современные образовательные технологии: технологии ИКТ, развивающего обучения, технологию сотрудничества. Для снятия нервного напряжения и зажимов у учащихся, большое внимание уделяется игровой и здоровьесберегающей технологиям.

### **Адресат программы:**

Задачи, поставленные педагогом, неотделимы от возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода.

Учитывая анатомо-физиологические способности возраста в конкретной группе учащихся, педагогу нужно строить занятия хореографического коллектива. 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.

Программа «Стэп Лайн» (озн. у.) предназначена для учащихся младшего

школьного возраста (6,5-10 лет) в этом возрасте ребёнок:

- усваивает физические навыки, необходимые для детских игр;
- развивает здоровую позицию по отношению к себе;
- приобретает уверенность в себе;
- приспосабливается к социальной роли мальчика или девочки;
- строит свою собственную систему ценностей.

Младший школьный возраст – 6,5 до 10 лет - возраст характеризуется интенсивным совершенствованием органов, тканей, мышц развитием двигательной функции организма дети 7 лет могут успешно владеть координационно- сложными движениями чему способствуют высоко подвижность суставов и естественность движений. Однако, детям этого возраста свойственна высокая возбудимость нервных центров и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда, у них менее устойчиво внимание и большая утомляемость. Одной из особенностей детей этого возраста повышенная двигательная активность. Поэтому на занятиях надо разнообразные движения, а не продолжительные скоростные упражнения с отдыхом. Занятия должны быть эмоциональными с игровыми и соревновательными ситуациями.

К 6-летнему возрасту дети способны заниматься хореографией, так как мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола, начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное.

Большое место в этом возрасте занимает игра - это психологическая потребность осмысления новых знаний через игру.

В возрасте 7-11 лет (1-3 класс) происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается), в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого

возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность.

В объединении могут заниматься учащиеся, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Программа предназначена для учащихся с различными психофизическими возможностями здоровья. Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья предусматривается выбор проектов в соответствии со степенью работоспособности и интересами каждого учащегося. В программе предусмотрена возможность обучения и одарённых детей, детей, состоящих на различных видах профилактического учёта по **индивидуальному образовательному маршруту (ИОМ)**. ИОМ разрабатывается в начале учебного года, после диагностики обучающегося (Приложение 1).

В случае успешного обучения по данной программе и изъявления желания обучаться и дальше, учащийся может продолжить свое обучение (или параллельно обучаться) по программе «Стэп лайн» (базового уровня).

#### **Уровень программы, объем и сроки реализации:**

Срок освоения программы ознакомительного уровня 1 год в количестве 108 часов.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся по 1 часу 3 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 зрения 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**

**Форма проведения занятий** – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом. Группы формируются разновозрастные

#### **Особенности организации образовательного процесса:**

Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям учащихся каждой конкретной группы учащихся.

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира, поэтому дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

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.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, тренаж, практические занятия, ролевые игры, выездные тематические занятия и т.д. В программе большое внимание уделяется формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности.

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 посредством Яндекс Телемост, Телеграмм, ВКонтакте, Сферум 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.

При формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

**Реализация воспитательной работы** с учащимися проходит как в учебном процессе, так и во внеучебное время. Воспитание, наряду с обучением, 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)

**Цель программы** развитие мотивации учащихся к познанию хореографического искусства.

**Задачи программы:**

### Образовательные (предметные) задачи

- Сформировать у ребенка элементарные хореографические и физические навыки и умения.
- Обучить основам музыкальных ритмов современного танца+, музыкального сопровождения.

### Личностные задачи

- Создать условия для творческого самовыражения учащихся и формирования у них позитивной самооценки.
- Воспитать патриотические чувства и нравственные категории с помощью художественных танцевальных образов.

### Метапредметные задачи

- Способствовать формированию у учащихся художественного вкуса, чувства ответственности и умение взаимодействовать в коллективе.
- Способствовать формированию у учащихся стремления к здоровому образу жизни, желания быть аккуратным, спортивным, энергичным.
- Способствовать развитию воображения, фантазию, наглядно-образное, ассоциативное мышление,

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.



## Содержание программы

### Учебный план

№	Наименование разделов	Всего часов	Количество часов		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2		Входной контроль / Беседа, начальная диагностика
2.	Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	50	2	48	Текущий контроль / демонстрационный
3.	Основы классической и современной хореографии	44	4	40	Текущий контроль / демонстрационный
4.	Основы музыкальных ритмов	6	2	4	Текущий контроль / демонстрационный
5.	История танца	2	1	1	Текущий контроль / опрос
6.	Профессия будущего	1	1		Текущий контроль / беседа
7.	Концертные выступления	2		2	Текущий контроль / наблюдение
8.	Итоговое занятие	1		1	Итоговый контроль / показательное выступление
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	12	96	

## Содержание учебного плана

### 1. Вводное занятие (2ч.)

*Теория:* Инструктаж по технике безопасности. Задачи на год.

### 2. Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений джаз-модерн (50ч.)

*Теория (2ч.)*

Понятия об общефизической подготовке танцора. Выносливость, сила, быстрота, ловкость. Понятие «разогрев», его функции. Понятие терминов плие, батман, вращение, прыжок, Stretch (растягивание), swing (раскачивание). Структура урока и понятия основных его разделов. Профилактика травм при растягивании.

*Практика (48ч.)*

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

- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari (Движения выполняются 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, jelly roll.

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

- Flex и point – сокращённая натягивание стопы и кисти, т.е. ладонь перпендикулярна предплечью.

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

- 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»:

- Flat Back вперёд, назад, в сторону, полукруги и круги торсом, Ролл даун, Ролл Ап – закручивание и раскручивание позвоночника вниз и вверх.

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

Раздел «Координация»:

- 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»
- Движения изолированных центров

#### Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»

- Шаги по квадрату
- Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах
- 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 (44ч.)**

#### *Теория (4ч.)*

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 (40ч.)*

##### 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 grand plies по параллельным позициям,

- перевод стоп и коленей из выворотного положения и наоборот.

#### Battement tendu, battement jete:

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

#### Rond de jambe par terre:

- по параллельным позициям,

#### Grand battement jete:

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

#### Прыжки:

- лицом к опоре по 1-й параллельной позиции с согнутыми голеньями назад;
- лицом к опоре, прыжок «лягушка»;
- на середине – то же, что и у опоры, с добавлением «разножки» на правую и левую ногу

### **4. Основы музыкальных ритмов (6.)**

#### *Теория (2ч.)*

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

#### *Практика (4ч.)*

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

### **5. История танца (2ч.)**

#### *Теория (1ч.)*

Рождение искусства танца. Зарождение танца на Руси.

#### *Практика (1ч.)*

Воспроизвести движения из древнерусских обрядовых танцев (коляда, масленица, хоровод). Постановка индивидуальных и групповых танцевальных композиций в стиле:

### **6. Профессия будущего (1ч.)**

*Теория (1ч.) Знакомство с Атласом профессий. С профессией хореограф.*

## **7. Концертно-показательные выступления (2ч.)**

*Практика:* Культура сцены. Взаимоотношения танцующих.

## **8. Итоговое занятие (1ч.)**

*Практика:* Показательное выступление. Итоговая диагностика, поощрение лучших учащихся, задание на лето.

### ***Планируемые результаты***

#### ***Предметные результаты:***

В процессе обучения, учащиеся смогут:

- овладеть основами классической и современной хореографии (позиции рук и ног, понятие точки при вращениях, простейшие повороты);
- приобрести акробатические, гимнастические навыки (растяжка, гибкость, вестибулярная устойчивость);
- приобрести начальные знания о истории возникновения современной и классической хореографии;
- приобрести опыт концертной деятельности.
- разучить на основе элементов классической и современной хореографии 2 танца (снежинки, голден).

#### ***Личностные результаты:***

- Развитие умения слушать и обрабатывать информацию.
- развития чувства дисциплины на занятиях.
- рациональное использование и распределение своего времени.
- стремление к здоровому образу жизни: правильное питание, режим дня, режим сна.
- необходимость физической подготовки.

#### ***Метапредметные результаты:***

- стремление к самостоятельному изучению хореографических стилей и направлений.
- культура поведения в коллективе, общественном месте, на сцене.

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» проводится стартовая диагностика, текущий контроль и итоговая (промежуточная) аттестация.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации**

### **2.1. Календарный 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 1

### **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

видеоконференций, 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

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.

### 2.3. *Формы аттестации*

В качестве основных форм аттестации подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы выступает: контрольное (открытое) занятие в конце обучения (май) с приглашением родители учащихся;

№ п/п	Формы и виды контроля	Какие знания, умения и навыки контролируются.
1	Входной контроль	Предварительное выявление уровня знаний и умений: осуществляется в начале учебного года: постановка корпуса, выворотность ног, пластичность ритмичность, музыкальность
2	Текущий контроль	Проводится на каждом занятии
3	Итоговый (промежуточный) контроль	Уровень усвоения программы в конце года (полугодия)

Уровень	<i>предпосылки, обучения</i>	<i>предполагаемые результаты</i>	<i>Формы и виды контроля</i>
---------	------------------------------	----------------------------------	------------------------------



	<p>Иметь представление об истории танца. Иметь представление о классической и современной музыке. Уметь определять эти направления на слух, передавать в движении характер музыки, её темп и ритм.</p> <p>Иметь представление о таких понятиях, как «линия», «колонна», «шахматный порядок». Выполнение основных (базовых) элементов всех разделов урока современного танца.</p> <p>Выполнение классического экзерсиса у опоры и в партере.</p> <p>Выполнение экзерсиса современной хореографии (партер, паркет).</p> <p>Знания специальной терминологии по основам современного танца, по основам классического и современного экзерсиса.</p> <p>Проявление фантазии, способность к ассоциативному мышлению.</p> <p>Умение адаптироваться в коллективе. Умение участвовать в коллективной работе</p>	<p>Беседа</p> <p>Открытый урок</p> <p>Контрольный урок</p> <p>Зачёт</p> <p>Оценка</p> <p>Самостоятельная работа</p> <p>Первый опыт выступления</p>
--	---	--

### **Оценочные материалы:**

Для диагностики используют музыку современных ритмов и оценивают: ритмы, такт, затакт

Музыкальность (слух), пластичность, координация, чувство ритма творческое воображение

### **Методическое обеспечение программы**

Прежде всего, при реализации дополнительной общеобразовательной 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.

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) флэт бэк (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 «крассе»: 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.

### **Список рекомендуемой литературы**

#### ***Литература, рекомендуемая для учащихся:***

1. Боброва Г.А. Искусство грации - Ленинград, «Детская лит-ра», 1986.
2. Озерская 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.

#### ***Литература, рекомендуемая для педагога:***

1. Агеев 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, «OMS», 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. Курис И.В. Танец в биоэнергетике – СПб, «БПА», 2004.
27. 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. Мэксин Тобиас, Мэри Стюарт. Растягивайся и расслабляйся – М., «Физкультура и спорт», 2004г.
37. Махалова Т.И. Для вас, девочки!: Сборник. - Новосибирск, «Детская лит-ра», 1993.
38. Менджерицкая 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. Никитин 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. Курья – Ставрополь, 1995.

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

52. Фирилева Ж.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.

### **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»  
 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» (ознакомительный 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		Введение в образовательную программу. Определение хореографических возможностей учащихся.	беседа	входная диагностика
2.		Вводное занятие. Тренинг	1		Командообразующий тренинг. Игры на знакомство.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
3.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	0,5	0,5	-Понятия об общефизической подготовке танцора - «Изоляция», Голова (sundari).	Комбинированное занятие	текущий контроль
4.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	0,5	0,5	- Понятие «разогрев», его функции. - «Изоляция» -- Плечи: крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк;	Комбинированное занятие	текущий контроль
5.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	0,5	0,5	- Понятие терминов Плие, батман, вращение, прыжок, Stretch (растягивание) - «Изоляция»- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.	Комбинированное занятие	текущий контроль
6.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)	0,5	0,5	- swing (раскачивание). Что такое свинговые упражнения, для чего нужны упражнения на расслабление позвоночника. - «Изоляция», Таз: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка», shimmi, jellyroll.	Комбинированное занятие	текущий контроль

7.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Танцевальные упражнения. Этюды	практическое занятие	текущий контроль
8.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Растяжка мышц и связок (на полу, у станка. Развитие выворотности ног.)	практическое занятие	текущий контроль
9.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Укрепление мышц стопы, брюшного пресса	практическое занятие	текущий контроль
10.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Работа над силой прыжка и танцевального шага	практическое занятие	текущий контроль
11.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		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
12.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		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
13.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Упражнения для позвоночника»:</u> - FlatBack вперёд, назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend, twist, спираль.	практическое занятие	текущий контроль
14.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Повторение и закрепление ранее изученного материала « упражнения для позвоночника».	Практическое занятие	текущий контроль
15.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Упражнения для позвоночника»:</u> - Contraction, release, highrelease. Положение arch, lowback, curve, bodyroll (волна передняя, задняя, боковая)	практическое занятие	текущий контроль
16.		Основы музыкальных ритмов	1		Знакомство с особенностями метро-ритма	Комбинированное занятие	Текущий контроль

17.		Основы музыкальных ритмов	1		Музыкальная структура движения	Комбинированное занятие	Текущий контроль
18.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Изучение позиций ног, отработка их положения на полу. Плие, батман тандю.	практическое занятие	текущий контроль
19.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Изучение позиций рук.	практическое занятие	текущий контроль
20.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Упражнения у опоры. Плие, батман тандю, батман жете, ронд де жан партер, гранд батман.	практическое занятие	текущий контроль
21.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Классический тренаж	Комбинированное занятие	Текущий контроль
22.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Основы тренажа современного танца	Комбинированное занятие	Текущий контроль
23.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Танцевальная лексика	Комбинированное занятие	Текущий контроль
24.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Упражнения для позвоночника»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
25.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Координация»:</u> - Свинговые раскачивания двух центров	практическое занятие	текущий контроль
26.		Основы классической и современной хореографии	0,5	0,5	Основы классического танца	практическое занятие	текущий контроль
27.		Основы классической и современной хореографии		1	<u>Современный экзерсис:</u> Позиции ног:	практическое занятие	текущий контроль
28.		Основы классической и современной хореографии		1	<u>Позиции рук:</u> 1 - А- положение, Б- положение, В -положение в 1-й, 2-й, 3-й позициях.	практическое занятие	текущий контроль
29.		Основы классической и современной хореографии		1	Повторение и закрепление ранее изученного материала	практическое занятие	текущий контроль

30.		Основы классической и современной хореографии		1	<u>Позиции кистей и их варианты:</u> - Flex,- сокращенная кисть; - jazz – hend - пальцы напряжены.	практическое занятие	текущий контроль
31.		Основы классической и современной хореографии		1	Комплексы партерной хореографии.	практическое занятие	текущий контроль
32.		Основы классической и современной хореографии		1	Упражнения у станка. Раскладка упражнений под счет	Комбинированное занятие	Текущий контроль
33.		Основы классической и современной хореографии		1	Упражнения на середине зала. Экзерсис.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
34.		Основы классической и современной хореографии		1	Стили и направления современной хореографии	Комбинированное занятие	Текущий контроль
35.		Основы классической и современной хореографии		1	Принципы составления композиции танца	Комбинированное занятие	Текущий контроль
36.		Основы классической и современной хореографии		1	Музыкально-игровое творчество	Комбинированное занятие	Текущий контроль
37.		Основы классической и современной хореографии		1	Повторение и закрепление ранее изученного материала	Комбинированное занятие	Текущий контроль
38.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
39.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: Параллель и оппозиция в движении двух центров	практическое занятие	текущий контроль
40.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
41.		Концертно-показательные выступления		1	Концертное выступление на Новогоднем празднике	практическое занятие	текущий контроль
42.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: Принцип управления, импульсные цепочки.	практическое занятие	текущий контроль

43.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: - Координация движений рук, ног без передвижения	практическое занятие	текущий контроль
44.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Координация»: Повторение и закрепление ранее изученного материала.	практическое занятие	текущий контроль
45.		Основы классической и современной хореографии		1	Повторение и закрепление комплекса партерной хореографии	практическое занятие	текущий контроль
46.		Основы классической и современной хореографии		1	Упражнения у станка. Правила формирования правильной осанки.		
47.		Основы классической и современной хореографии		1	Комплекс партерной хореограф в модерн-джаз танце	практическое занятие	текущий контроль
48.		Основы классической и современной хореографии		1	Повторение и закрепление партерной хореографии в модерн-джазе.	практическое занятие	текущий контроль
49.		Основы классической и современной хореографии		1	Апломб. Изучение вращений.	практическое занятие	текущий контроль
50.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Уровни»:</u> - Основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа» - Упражнения stretch-характера в различных положениях	практическое занятие	текущий контроль
51.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
52.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Уровни»:</u> Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта	практическое занятие	текущий контроль
53.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
54.		Основы музыкальных ритмов		1	Понятие классической музыки. Понятие современной музыки.	практическое занятие	текущий контроль

55.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Уровни»: - Упражнения на contraction и release в положении «сидя» - Твист и спирали торса в положении сидя	практическое занятие	текущий контроль
56.		Основы музыкальных ритмов		1	Темпо-ритм. Динамика, нюансы, музыкальные размеры. Упражнения для освоения различных темпов.	практическое занятие	текущий контроль
57.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Уровни»: Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
58.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Раздел «Уровни»: Движения изолированных центров	практическое занятие	текущий контроль
59.		Основы классической и современной хореографии		1	Танцевальные этюды и музыкально-ритмические композиции	практическое занятие	текущий контроль
60.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»</u> - Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону, вперёд-назад	практическое занятие	текущий контроль
61.		История танца	1		<i>Возникновение джаз-модерн танца, Хип-хоп танца</i>	практическое занятие	текущий контроль
62.		История танца		1	Основные элементы, ходы, связки модерна и хип-хопа	практическое занятие	текущий контроль
63.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Шаги по квадрату	практическое занятие	текущий контроль
64.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала.	практическое занятие	текущий контроль
65.		Основы музыкальных ритмов		1	Ритмопластика	Комбинированное занятие	Текущий контроль
66.		Основы музыкальных ритмов		1	Сценический образ	Комбинированное занятие	Текущий контроль

67.		Основы классической и современной хореографии		1	джаз-модерн танца на начальном Этапе (Айседора Дункан)	практическое занятие	текущий контроль
68.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Шаги с мультипликацией	практическое занятие	текущий контроль
69.		Основы классической и современной хореографии		1	Понятие о патидэнс	практическое занятие	текущий контроль
70.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах	практическое занятие	текущий контроль
71.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
72.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу	практическое занятие	текущий контроль
73.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
74.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Прыжки (простые с натянутыми носками и поджатые)	практическое занятие	текущий контроль
75.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Кросс.</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
76.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> -Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров	практическое занятие	текущий контроль
77.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль



78.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Работа над силой прыжка		текущий контроль
79.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Шаги со сменой уровней	практическое занятие	текущий контроль
80.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
81.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> некоторые движения из Базы Хип-хоп танца	практическое занятие	текущий контроль
82.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
83.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Тренажно-танцевальная комбинация из базы модерн-джаз танца	практическое занятие	текущий контроль
84.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Повторение и закрепление пройденного материала	практическое занятие	текущий контроль
85.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	<u>Раздел «Комбинация»:</u> Самостоятельная работа, тренинг.	практическое занятие	текущий контроль
86.		Основы классической и современной хореографии		1	Разучивание танцевальных комбинаций	Комбинированное занятие	Текущий контроль
87.		Основы классической и современной хореографии		1	Этюды на воображение, сценическое внимание.		
88.		Основы классической и современной хореографии		1	Знакомство с базовыми упражнениями. Раскладка упражнений под счет.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
89.		Основы классической и современной хореографии		1	Практическое исполнение и проработка качества исполнения.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
90.		Основы классической и современной хореографии		1	Основные законы сценического пространства. Координация	Комбинированное занятие	Текущий контроль

91.		Основы классической и современной хореографии		1	Упражнения на дыхание.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
92.		Основы классической и современной хореографии		1	Танцевальные шаги. Правила и техника исполнения.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
93.		Основы классической и современной хореографии		1	Партерная гимнастика. Упражнения на середине зала.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
94.		Основы классической и современной хореографии		1	Разучивание танцевальных композиций.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
95.		Основы классической и современной хореографии		1	Основы современного танца. Базовые упражнения	Комбинированное занятие	Текущий контроль
96.		Основы классической и современной хореографии		1	Позиции ног, стоп, наклоны	Комбинированное занятие	Текущий контроль
97.		Основы классической и современной хореографии		1	Танцевальный образ	Комбинированное занятие	Текущий контроль
98.		Основы классической и современной хореографии		1	Постановка танцевальных композиций на основе изученного материала	Комбинированное занятие	Текущий контроль
99.		Основы классической и современной хореографии		1	Раскладка движений. Правила выполнения движений. Алгоритмы.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
100.		Основы классической и современной хореографии		1	Дыхательная гимнастика.	Комбинированное занятие	Текущий контроль
101.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Подготовка к отчетному концерту. Повторение пройденного материала. Отработка.	практическое занятие	текущий контроль
102.		Комплекс развивающих физических и танцевальных упражнений (джаз-модерн)		1	Подготовка к отчетному концерту. Повторение пройденного материала. Отработка танцевальных номеров	практическое занятие	текущий контроль
103.		Основы классической и современной хореографии		1	Сценическое пространство	практическое занятие	Текущий контроль
104.		Основы классической и современной хореографии		1	Ритмические танцы.	практическое занятие	Текущий контроль
105.		Основы классической и современной хореографии		1	Повторение и закрепление всех разделов изученных за год.	практическое занятие	

106.		Концертно-показательные выступления		1	Концерт	Концерт	Итоговый контроль
107.		Профессии будущего	1		Беседа-путешествие по атласу новых профессий Навигатор по рынку труда будущего. Построение образовательной вертикали	комбинированное занятие	текущий контроль
108.		Итоговое занятие		1	Рефлексия. Отчетное выступление	практическое занятие	Итоговая диагностика
Итого:		108	12	96			

**Раздел о воспитании в дополнительной общеобразовательной  
программе «Стэп-лайн» (о.у.) 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, святых 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, иллюстрирующий успешное</i>
--------------	----------	--------------------------------------	---

			<i>достижение цели события</i>
октябрь	День Учителя	Беседа	фотоотчёт
Октябрь, ноябрь	«День пожилого человека», «День инвалида»	Беседа	фотоотчёт
ноябрь	День Матери	Беседа	фотоотчёт
Декабрь-январь	Рождество, Новый год	Беседа. Концертные выступления	фотоотчёт
февраль	День защитника Отечества	Беседа	фотоотчёт
март	День 8 Марта	Беседа	фотоотчёт
апрель	День космонавтики	Беседа	фотоотчёт
май	День Победы	Концертные выступления	Фотоотчет

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 79-летию Победы в ВОВ – «Сочи – город-госпиталь»	Экскурсия в Музей истории Хостинского района г. Сочи	май

