

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом Творчества»

Согласовано  
на Педагогическом совете  
Протокол от «28» августа 2024 г. №1

Утверждаю  
И.о. директора  
  
С.В. Савинова  
Приказ от «02» сентября 2024 г. № 54-1

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Современный танец»

Направленность программы: художественная  
Возраст детей – 5-17 лет  
Срок реализации: 5 лет  
Программу реализует: Спиридонова Татьяна Валерьевна – педагог дополнительного образования

п. Жигалово

2024 г.

## I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец» составлена автором – составителем Феклистовой Ириной Владимировной.

**Направленность** - художественная, по функциональному предназначению – досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самодеятельных коллективов, общедоступной.

**Особенность программы** состоит в том, что большая часть занятия, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**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, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его 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.).

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения большая роль принадлежит танцу. Проблему обучения детей решают детские хореографические коллективы учреждений дополнительного образования. Особенность дополнительного художественного образования состоит в том, что необходимые для творческой деятельности технические навыки и приемы оказывают сильнейшее и непосредственное воздействие на эмоционально – волевую сферу учащихся. Процесс овладения определенными исполнительскими навыками не только раскрепощает собственно художественное мышление, но и в большей мере накладывает отпечаток на мировосприятие и систему жизненных ориентировок, целей и ценностей.

Хореография, наряду с пантомимой, музыкальным и драматическим театром, являясь ведущим пластическим искусством, использует в качестве материала человеческое тело, организовывая его движения по законам музыкальной гармонии. Эта гармония является основой трех нераздельно связанных между собой частей хореографии: педагогической, исполнительской, хореографической деятельности.

Принципы и приемы хореографической педагогики направлены, прежде всего, на формирование творческой личности, способной к самостоятельному и неординарному мышлению, самовыражению.

Программа составлена с некоторым "запасом", с взглядом из сегодняшнего дня в завтрашний, поэтому не все цели, заявленные в программе, будут реализованы в программе в полной мере в силу разного рода объективных и субъективных причин.

## **II. Цели и задачи**

**Цель:** - создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству танца.

**Задачи:**

- обучать основам хореографического мастерства;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- развивать творческие способности ребенка, образное мышление, внимание, произвольную память, ассоциативную фантазию, воображение;
- воспитывать личностные качества – ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими

**принципами:**

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

В хореографический кружок принимаются физически здоровые дети. По мере их продвижения по программе они объединяются в возрастные группы.

## **III. Организация процесса обучения**

Программа предусматривает занятия хореографического ансамбля как дополнительное обучение, воспитание и развитие детей во внеурочное время.

Программа рассчитана на 5 лет:

I год обучения – 5-9 лет, недельная нагрузка 4 часа (144 ч. в год);

II год обучения – 9-11 лет, 6 часов в неделю (216 ч. в год);

III год обучения – 11-13 лет, 6 часов в неделю (216 ч. в год);

IV год обучения – 13-15 лет, 6 часов в неделю (216 ч. в год);

V год обучения – 15-18 лет, 6 часов в неделю (216 ч. в год);

Количество детей в группе – от 10 - 15 человек.

*Практический курс.* Каждый год обучения предполагает обязательные дисциплины:

I г.о. – Ритмика. Танец.

II г.о. – Классический танец. Народный танец.

III г.о. – Классический танец. Народный танец. Современный танец.

IV г.о. – Современный танец. Классический и народный танец (exsersis)

V г.о. – Современный танец.

*Теоретический курс.* Хореографическая терминология. Тематические рассказы (история хореографии), просмотр видеоматериалов.

*Групповая работа.* Специальная подготовка, постановка массовых танцевальных номеров.

*Индивидуальная работа.* Постановка сольных номеров, работа с аккомпаниатором.

Наиболее совершенные методы и приемы работы хореографическая педагогика выработала и проверила долгой практикой через ряд педагогических принципов, главными из которых являются:

- строгая логика в построении учебного процесса в целом и урока в частности;
- постепенность и четкая последовательность в нарастании физических нагрузок и технических трудностей;
- обязательная систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии природных данных и способностей ученика;
- принцип: наглядности, активности, доступности, прочности усвоения знаний;
- связь теории с практикой;
- гуманизация и единство воспитательных воздействий.

### **Режим занятий**

1 год обучения – 144 часа (продолжительность занятия по 2 академических часа с 10 мин. перерывом, 2 раза в неделю).

2, 3, 4, 5 год обучения – 216 часов (продолжительность занятия по 2 академических часа с 10 мин. перерывом, 3 раза в неделю).

В процессе обучения применяются следующие **виды контроля** обучающихся:

1. Вводная диагностика, организуемый в начале учебного года.
2. Промежуточная диагностика, проводится в ходе учебного года.
3. Итоговая диагностика, проводится по завершению всей учебной программы.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме концертов, участие в новогодних представлениях для детей, в районных смотрах. В конце года проходит большой отчетный

концерт, где присутствуют педагоги, родители, население. Подводятся итоги, и оценивается работа детей за учебный год.

### **Ожидаемые результаты**

В результате освоения программы дети будут знать/уметь:

- точно и правильно исполнять движения современного джаз модерна танца в комбинациях, импровизациях, содержащих различные элементы и приемы;
- согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях современного танца;
- грамотно распределять усилия при исполнении танцевальных комбинациях, требующих перемещения в пространстве;
- работать в ансамбле;
- анализировать свое исполнение.

## **IV. Содержание программы**

### **I год обучения**

Задачи:

1. Психолого – педагогические:
  - научить ребенка на начальной стадии обучения контролировать собственное исполнение;
  - развивать "движенческую" память.
2. Профессионально – хореографические:
  - формировать навыки координации движений;
  - исправление природных недостатков;
  - формировать знания о пространстве класса, сцены.
3. Музыкальные:
  - развить навыки координации движения, музыкального слуха.

### **Учебно-тематический план I года обучения**

№ п\п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Музыкально – ритмические занятия.	5	25	30
2.	Музыкально – игровые занятия.	5	25	30
3.	Постановка танцевальных этюдов.	5	19	24
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.  Концертно – сценическая деятельность	10	20	30

5.		5	25	30
		<b>30</b>	<b>114</b>	<b>144</b>

### ***1. Музыкально – ритмические занятия.***

Основные движения на середине зала: поклон, марширование, наклоны головы, повороты, круговые движения головой;

Упражнения для плеч, сочетающиеся с наклонами, приседаниями;

Упражнения для кистей рук, пальцев, локтей;

Упражнения на полу (партер): "велосипед", упражнения для стопы, грудной клетки, поясницы, "улитка", "кольцо", упражнения на "растяжку", "кораблик", "лягушка";

Упражнения на середине зала: прыжки.

### ***2. Музыкально – игровые занятия.***

Ролевые игры на основе танцевальных движений и музыки: "Птичий двор", "Два утенка", "Обезьянки", "Зайчики", "Кошечки", "Печем пироги", "Стирка".

### ***3. Постановка танцевальных этюдов.***

Массовые, легкие в техническом исполнении танцевальные этюды, четкие по ритму, на основе детского музыкального материала.

### ***4. Мероприятия учебно-воспитательного характера.***

Просмотр и обсуждение видеоматериалов концертов детских хореографических коллективов, собственных выступлений. Посещение театра, детских спектаклей, концертов, конкурсов детского танцевального творчества.

### ***5. Концертно – сценическая деятельность.***

Концертно – сценическая практика на 1 году обучения небольшая, 3-4 выступления в год, остальные массовые мероприятия носят развлекательный характер.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
<p>Понятия о пространстве класса, понятия: линия, ряд, шеренга, круг. Позиции ног: VI, I, III.</p> <p>Подготовительную позицию рук.</p> <p>Музыкальные размеры: 2/4 (полька), 3/4 (вальс), 4/4</p>	<p>Ориентироваться в пространстве класса, воспринимать задания и замечания педагога, направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы, точно и правильно выполнять позиции ног, рук,</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>

(марш).	<p>заданные движения.</p> <p>Различать музыкальный размер, темп музыки.</p> <p>Запоминать последовательность движений в танцевальных комбинациях.</p>	
---------	---	--

### II год обучения

Задачи:

1. Обучить терминологии и классического и народного танца;
2. Профессионально – педагогические:
  - развивать "выворотность" ног;
  - постановка корпуса, ног, рук, головы;
  - добиваться выразительного и музыкального исполнения танца;
  - научить отличать национальные особенности (в народном танце) в танцевальных комбинациях;
3. Музыкальные:
  - развивать навыки координации движений и музыкальный слух.
4. Психолого – педагогические:
  - научить контролировать свое собственное исполнение;
  - научить сочетанию исполнения движения со звучанием речи педагога;
  - воспитывать коллективные качества – ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

### Учебно-тематический план II года обучения

№ п\п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического танца	5	53	58
2.	Exsersis на основе народного танца	5	53	58
3.	Постановка танцевальных номеров.	5	40	45
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.	5	15	20
5.	Концертно – сценическая деятельность	5	30	35
		<b>25</b>	<b>191</b>	<b>216</b>

#### 1. Exsersis на основе классического танца

Понятийно – терминологический аппарат классического танца. Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала. Изучение движений групп: *battement tondu, ronds, plie, allegro*.

**2. *Exsersis na основе народного танца***

Понятийно – терминологический аппарат народного танца. Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала в характере народно-сценического танца. Изучение движений групп: *battement tondu, ronds, plie, allegro* в характере народного танца; вращения, дробные выстукивания. Разучивание танцевальных комбинаций на основе материала русского, белорусского, украинского танцев и танцев народов Прибалтики.

**3. *Постановка танцевальных номеров*** на основе изучаемого материала.

**4. *Мероприятия учебно-воспитательного характера.*** Просмотр видеозаписей классического и народного хореографического искусства ведущих российских и зарубежных коллективов. Посещение театра, детских спектаклей, концертов, конкурсов детского танцевального творчества.

**5. *Концертно – сценическая деятельность.*** Концертно – сценическая практика, участие в районных хореографических конкурсах.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
<p>Понятия и термины программных движений.</p> <p>Правила исполнения изучаемых движений в народном и классическом танце.</p> <p>Строение музыкальной фразы.</p> <p>Понятия: слабая, сильная доля, затакт, акцент.</p>	<p>Контролировать работу всех частей тела и согласовывать одновременную работу этих частей (координация).</p> <p>Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственной работой и музыкальным сопровождением.</p> <p>Различать музыкальный размер, темп, строго соблюдать цельность музыкальной фразы.</p> <p>Дифференцировать работу различных мышечных групп: опорная рабочая нога.</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>

**III год обучения**

Освоение понятийно – терминологического аппарата народного, классического и современного танца. Задачи:

1. Профессионально – хореографические:

- повторить и закрепить изученный хореографический материал с увеличением силовой нагрузки;
- развивать технику исполнения упражнений в более быстром темпе;
- развивать умение выразительно и музыкально исполнять элементы и движения классического, народного, современного танцев;
- научить точно передавать особенности национального характера, манеру в комбинациях, у станка и в этюдах;
- научить основным принципам техники исполнения движений джаз-модерн танца.

2. Психолого – педагогические:

- контролировать собственное исполнение, развивать зрительную память;
- научить направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы;
- учить совместно работать в ансамбле с другими исполнителями.

**Учебно-тематический план III года обучения**

№ п\п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического и народного танца	5	40	45
2.	Современный танец (джаз-модерн)	5	66	71
		5	40	45
3.	Постановка танцевальных номеров.	5	15	20
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.			
		5	30	35
5.	Концертно – сценическая деятельность			
		<b>25</b>	<b>191</b>	<b>216</b>

### **1. Exsersis на основе классического и народного танца**

Классический танец. Изучение групп: поз, прыжков, поворотов, связующих и вспомогательных движений.

Народный танец. Упражнения на середине: дробные выстукивания, элементы ("моталочки", "веревочки", подбивки, припадания, основные ходы, вращения в характере русского, украинского, белорусского, татарского, мордовского твнцев).

### **2. Современный танец (джаз-модерн)**

Изучение разделов урока:

- разогрев (упражнения stretch – характера; движения, заимствованные из классического танца (разогрев ног); упражнения свингового характера;
- изоляция: движение изолированных центров (голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги); координация двух изолированных центров;
- упражнения для позвоночника: наклоны торса, твист торса, спирали, body roll contraction, relese, tilt;
- уровни: стоя, сидя (изоляция в уровнях);
- кросс: передвижение в пространстве – шаги, прыжки, вращения.

### **3. Постановка танцевальных номеров**

Массовые, сольные номера, построенные на основе изученного материала джаз-модерн танца.

### **4. Мероприятия учебно-воспитательного характера.**

Просмотр видеоматериалов занятий современного танца, записей концертов, фестивалей, балетов профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов современного танца.

**5. Концертно – сценическая деятельность.** Концертно – сценическая практика, участие в районных, областных, городских хореографических конкурсах, фестивалях.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия и термины программных движений. Правила исполнения изучаемых движений и техники в современном танце.	Точно и правильно исполнять движения как классического, народного, так и современного джаз-модерн танца.  Согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях современного танца.	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

## IV год обучения

Освоение понятийно – терминологического аппарата современного танца.

Задачи:

1. Профессионально – хореографические:

- повторить и закрепить изученный хореографический материал с увеличением силовой нагрузки;

- вырабатывать правильность и чистоту исполнения движений современного танца;

- развивать и повышать уровень танцевальной техники.

2. Музыкальные:

- научить слышать ритм, мелодическую линию, тему;

- усложнять музыкальное сопровождение.

3. Психолого – педагогические:

- контролировать собственное исполнение, развивать зрительную память;

- научить направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы;

- учить совместно работать в ансамбле с другими исполнителями;

- научить мысленно представлять движения.

### Учебно-тематический план IV года обучения

№ п\п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического и народного танца	-	20	20
2.	Современный танец (джаз-модерн)	6	80	86
3.	Постановка танцевальных номеров.	5	50	55
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.	5	15	20
5.	Концертно – сценическая деятельность	-	35	35
		<b>16</b>	<b>200</b>	<b>216</b>

### **1. Exsersis на основе классического и народного танца**

Классический танец. Изучение групп: поз, прыжков, поворотов, связующих и вспомогательных движений, танцевальные комбинации.

Народный танец. Упражнения на середине: дробные выстукивания, элементы ("моталочки", "веревочки", подбивки, припадания, основные ходы, вращения в характере русского, украинского, белорусского, татарского, мордовского, молдавского, цыганского, итальянского (тарантелла) танцев).

### **2. Современный танец (джаз-модерн).** Изучение разделов урока:

- разогрев (упражнения stretch – характера; движения, заимствованные из классического танца (разогрев ног); упражнения свингового характера (у станка, на середине, в партере);
- изоляция: движение изолированных центров (голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги); координация двух, трех изолированных центров;
- упражнения для позвоночника: наклоны торса, твист торса, спирали, body roll contraction, relese, tilt (стоя, сидя, в партере).
- уровни: стоя, сидя, лежа (на коленях), переходы из уровня в уровень, движения изолированных центров в уровнях;
- кросс: передвижение в пространстве – шаги, прыжки, вращения на месте;
- комбинация, импровизация: с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

**3. Постановка танцевальных номеров.** Массовые, сольные номера, построенные на основе изученного материала джаз-модерн танца.

### **4. Мероприятия учебно-воспитательного характера.**

Просмотр видеоматериалов занятий современного танца, записей концертов, фестивалей, балетов профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов современного танца.

### **5. Концертно – сценическая деятельность**

Концертно – сценическая практика, участие в районных, областных, городских хореографических конкурсах, фестивалях.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия и термины программных движений. Правила исполнения изучаемых движений и техники в современном танце.	Точно и правильно исполнять движения современного джаз-модерн танца в комбинациях, импровизациях, содержащих различные элементы и приемы  Согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц,	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

	<p>участвующих в движениях современного танца.</p> <p>Грамотно распределять усилия при исполнении танцевальных комбинаций, требующих перемещения в пространстве.</p> <p>Работать в ансамбле. Анализировать свое исполнение.</p>	
--	---	--

#### V год обучения

Освоение понятий и терминов современного танца.

Задачи:

1. Профессионально – педагогические:

- развивать выносливость, силу и устойчивость за счет ускорения темпа, увеличения количества движений в упражнениях;
- развивать исполнительскую виртуозность и артистичность;
- развивать навыки самостоятельной работы участника коллектива.

2. Психолого – педагогические:

- научить визуально определять характер и особенности мышечных усилий, их распределение во времени и в пространстве при показе и во время исполнения другими участниками.

#### Учебно – тематический план V года обучения

№ п\п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Занятия по направлению джаз-модерн.	5	40	45
2.	Занятия в направлении contemporary dance	5	48	53
3.	Постановка танцевальных номеров.	5	58	63
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.	5	15	20
5.	Концертно – сценическая деятельность	-	35	35
		<b>20</b>	<b>196</b>	<b>216</b>

### **1. Занятия по направлению джаз-модерн танец.**

Исполнение всех разделов урока:

- разогрев (все виды разогрева в комплексной форме);
- изоляция (полиритмия, полицентрия);
- партер (развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров);
- упражнение для позвоночника (соединение всех возможных движений торса в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов);
- кросс (использование всего пространства класса, соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации, вращение по кругу и со сменой уровня).

### **2.Занятия в направлении contemporary dance (актуальность)**

Современный танец на основе соединения множества стилей, направлений, техник. Импровизация.

**3.Постановка танцевальных номеров** на основе изученного материала, на импровизационном материале участников коллектива.

### **4.Мероприятия учебно-воспитательного характера.**

Просмотр видеоматериалов занятий современного танца, записей концертов, фестивалей, балетов профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов современного танца.

### **5.Концертно – сценическая деятельность.**

Концертно – сценическая практика, участие в районных, областных, городских хореографических конкурсах, фестивалях.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия и термины программных движений. Правила исполнения изучаемых движений и техники в современном танце. Импровизация.	Точно и правильно исполнять движения современного джаз-модерн танца в комбинациях, импровизациях, содержащих различные элементы и приемы Грамотно распределять усилия при исполнении танцевальных комбинаций, требующих перемещения в пространстве. Работать в ансамбле. Анализировать свое исполнение. Самостоятельно и творчески	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

	работать над исполнением изучаемого материала.	
--	--	--

#### **V. Формы контроля**

1. Наблюдение и сравнение педагогом в процессе урока.
2. Проведение открытых занятий для других возрастных групп, для родителей, педагогов.
3. Участие в концертах, мероприятиях.
4. Участие в районных, городских, областных смотрах, конкурсах, фестивалях хореографического творчества.
5. Просмотр видеозаписи уроков, занятий, репетиций, выступлений. Анализ этих выступлений.
6. Творческий отчет, отчет о работе за год – отчетный урок-концерт для родителей, участие в заключительном концерте фестиваля детского творчества.

#### **VI. Обеспечение программы**

##### **I. Методическое обеспечение**

1. Использование методических рекомендаций для педагогов танцевальных коллективов по проведению:
  - уроков классического танца;
  - уроков народного танца;
  - уроков ритмики;
  - уроков современного танца.
2. Проведение и посещение семинаров, открытых уроков, занятий с целью повышения квалификации обмена опытом.
3. Разработка конспектов открытых занятий.
4. Комплектование фонотеки (видео-, аудиозаписей).

##### **II. Материально – техническое обеспечение**

- зеркала;
- станки;
- спецобувь, концертные костюмы;
- ноутбук;
- колонки;
- флеш - накопители.

#### **VII. Литература для педагога**

1. Аппия А. Живое искусство. М.: ГИТИС, 1993.
2. Борисов А. Балетная школа. Самара, 1991.
3. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. Сам. Гос. Университет, 1991.
6. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. М.: ВЦХТ, 1998.
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. М.: ВЦХТ, 2001.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. М.: ВЦХТ, 2002.

9. Мирный В.И. Хореографическая композиция: Учебное пособие. Самара.: СГАКИ, 2003.
10. Мирный В.И. Возрастные особенности участников самодеятельного хореографического коллектива. Методическая разработка. Самара, 1994.
11. Ротерс Г.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1989.
12. Ткаченко Л.Ф. Детский танец. М.: Профиздат, 1962.
14. Телегин А.А. Ритмика и танец. Самара, 1992.
15. Тонина С.И. Музыка и танец. М., 1984.
- 16.. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. Сост. Косяченко Г.С., Черникова Н.М. Самара. СИПКРО, 2003.
18. Безуглая, Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа: Учебное пособие. Безуглая Г.А. / Г.А. Безуглая. - М.: Лань, Планета музыки, 2015. - 750 с.
20. Беке, А. Учимся танцам за месяц. Танцкласс от хореографа шоу "Танцы со звездами" на английском канале BBC (+ DVD-ROM) / А. Беке. - М.: Эксмо, 2008. - 224 с.
21. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров).

**"Какой тип темперамента преобладает у Вашего ребенка?"  
(ТЕСТ)**

Уважаемые родители! Мы проводим исследовательскую работу по теме «Проявление темперамента ребенка в танце», целью, которой является облегчить усвоение танцевальных комбинаций с помощью индивидуального подхода.

Выберите те ответы, которые наиболее подходят Вашему ребенку. Результат будет более достоверным, если на вопросы ответит не только мама, но и папа, бабушка, дедушка; после сравните все ответы и сделайте соответствующие выводы.

1. Какие черты характера преобладают у ребенка?

а) Жизнелюбие, оптимизм, компромиссность, общительность, склонность к риску.

б) Спокойствие, медлительность, обстоятельность, сдержанность, миролюбие.

в) Энергичность, неугомонность, шаловливость, горячность, задиристость.

г) Робость, застенчивость, обидчивость, впечатлительность, нерешительность.

2. Какие эмоции наиболее частые, сильные?

а) Положительные эмоции.

б) Нет бурных реакций, тяготеет к положительным эмоциям.

в) Бурные эмоции, гнев.

г) Страх.

3. Реакция на наказания:

а) спокойная;

б) без эмоций;

в) на словесные- спокойная, на остальные - с бурными реакциями протеста;

г) обида, негативные эмоции.

4. Как ведет себя ребенок в непредвиденных ситуациях?

а) Любопытен (преобладает положительное отношение).

б) Малоэмоционален.

в) Пытается сопротивляться (потребность преодоления).

г) Пытается избежать этого события (потребность самосохранения).

5. Какие игры предпочитает ребенок?

а) Любые, но чтобы жизнь в них была ключом.

б) Спокойные, тихие, уединенные.

в) Шумные, азартные, подвижные, часто агрессивные.

г) Тихие, уединенные; шумные, подвижные – только с близкими.

6. Общителен ли Ваш ребенок?

а) Любит общество детей и взрослых, быстро знакомится.

б) Предпочитает одиночество.

- в) Всегда нужны сподвижники и зрители.
  - г) Предпочитает одиночество, общителен лишь с близкими людьми.
7. Каков ребенок среди сверстников, склонен ли к лидерству?
- а) Душа компании, лидер по выбору детей.
  - б) Неавторитетен среди детей, о лидерстве нет и речи.
  - в) Сверстники относятся по-разному, сам предлагает себя в лидеры.
  - г) Авторитетен только среди малочисленных друзей, не лидер.
8. Как усваивает новое?
- а) Легко и быстро.
  - б) Обстоятельно, но медленно.
  - в) Все схватывает на лету и так же быстро забывает.
  - г) Осваивает быстро или медленно в зависимости от обстоятельств.
9. Особенности памяти. Как быстро ребенок запоминает сказку? Улавливает целое или детали? Долго ли помнит?
- а) Легко и быстро схватывает целое и помнит долго (хорошая кратковременная и долговременная память).
  - б) Медленно, но запоминает целое, почти не забывает (хорошая долговременная память).
  - в) Очень быстро, запоминает в основном детали, но быстро и забывает (хорошо развита только кратковременная память).
  - г) По-разному, вникает в мелочи (высокая отвлекаемость мешает кратковременной памяти, а неуверенность в себе – долговременной).
10. Утомляемость после какой-нибудь деятельности:
- а) средняя (устаёт соответственно деятельности);
  - б) низкая (практически не устаёт);
  - в) средняя, иногда высокая (в зависимости от всплеска своих эмоций);
  - г) высокая (устаёт от малейшей деятельности).
11. Легко ли ребенок усваивает возрастные навыки?
- а) Легко и без труда.
  - б) С трудом (навыки формируются долго, но и надолго).
  - в) Соответственно возрасту (делает только то, что интересно).
  - г) Быстро, но неустойчиво (может быть регресс при стрессе).
12. Какие движения преобладают у ребенка?
- а) Уверенные, точные, ритмичные.
  - б) Нерасторопные, неторопливые, солидные.
  - в) Порывистые, резкие.
  - г) Неуверенные, неточные, суетливые.
13. Особенности речи.
- а) Речь выразительная, живая, с мимикой и жестами.
  - б) Речь медленная, невыразительная, без жестов.
  - в) Речь быстрая, отрывистая, эмоциональная, часто срывается на крик. Тараторит, глотая слоги и слова.
  - г) Речь выразительна, но тиха и неуверенна.

14. Особенности сна.

- а) Обычно засыпает быстро, спит хорошо, просыпается с улыбкой.
- б) Засыпает сразу, спит спокойно, после сна ходит вялый, сонный.
- в) Засыпает долго и с трудом, спит беспокойно, просыпается в разном настроении: от самого хорошего, до самого плохого.
- г) Долго укладывается спать, но быстро засыпает, просыпается веселый.

15. Как ребенок привыкал к детскому саду, школе?

- а) Адаптировался легко, быстро.
- б) Боялся нового, не хотел перемен, долго адаптировался.
- в) Легко привык к новой обстановке, с трудом выполнял требования взрослых.
- г) Никак не мог привыкнуть, адаптировался с трудом.

**Если чаще встречаются варианты а),** то у ребенка преобладает сильный, уравновешенный, подвижный тип – сангвиник.

**Если чаще встречаются варианты б),** то у ребенка сильный, уравновешенный, инертный темперамент флегматика.

**Если чаще встречаются варианты в),** то у ребенка характер сильный, неуравновешенный, инертный – холерик.

**Если чаще встречаются варианты г),** то преобладает темперамент меланхолика.

Вспомнив свое детство, можете выбрать ответы, подходящие именно для Вас, тогда появится возможность сравнить темперамент ребенка и свой и сделать выводы, ознакомившись с памяткой «Как общаться с детьми разных темпераментов»

Приложение 2

Тетрадь достижений

- Титульный лист

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

Домашний адрес \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_

Объединение \_\_\_\_\_

Дата вступления в объединение \_\_\_\_\_



Координация движений										
-------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## Приложение 4

### Диагностическая карта мониторинга творческого развития

	Вводная диагностика			Промежуточная диагностика			Итоговая диагностика			Примечание
	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	
Учебный год 202_ -202_										
Музыкальный слух										
Эмоциональность										
Воображение										
Креативность										
Учебный год 202—202-										
Музыкальный слух										
Эмоциональность										
Воображение										
Креативность										
Учебный год 202—202-										
Музыкальный слух										
Эмоциональность										

Воображение										
Креативность										

## Приложения 5

**Диагностическая карта мониторинга освоения дополнительной образовательной программы  
1 год обучения**

Уровень	Оптимальный	Хороший	Допустимый	Примечание
Диагностика				
<b>Вводная</b>				
<b>Промежуточная</b>				
<b>Тематическая</b>				
Ритмика и музыкальная азбука				
Ориентация в пространстве				
Партерный экзерсис. Стретчинг				
Танцевальная азбука				
Движение-модель человеческих эмоций (элементы актерского мастерства)				
<b>Итоговая</b>				

## Приложение 6

**Диагностическая карта мониторинга освоения дополнительной образовательной программы  
2 год обучения**

Уровень	Оптимальный	Хороший	Допустимый	Примечание
<b>Диагностика</b>				
<b>Вводная</b>				
<b>Промежуточная</b>				
<b>Тематическая</b>				
Ритмика и музыкальная азбука				
Ориентация в пространстве				
Партерный экзерсис. Стретчинг				
Классический танец				
Движение-модель человеческих эмоций (элементы актерского мастерства)				
<b>Итоговая</b>				

## Приложение 7

**Диагностическая карта мониторинга освоения дополнительной образовательной программы  
3 год обучения**

Уровень	Оптимальный	Хороший	Допустимый	Примечание
Диагностика				
<b>Вводная</b>				
<b>Промежуточная</b>				
<b>Тематическая</b>				
Ритмика и музыкальная азбука				
Ориентация в пространстве				
Партерный экзерсис. Стретчинг				
Классический танец				
Движение-модель человеческих эмоций (элементы актерского мастерства)				
Основы народного танца				
Историко-бытовой танец				
<b>Итоговая</b>				

--	--	--	--	--

## Приложение 8

**Диагностическая карта мониторинга развития личностных качеств обучающихся**

Личностные качества	Культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность			Дисциплинированность, ответственность, самостоятельность			Активность, организаторские способности			Коммуникативные навыки			Креативность, склонность к исследовательско-проектировочной деятельности		
	опт	хор	доп	опт	хор	доп	опт	хор	доп	опт	хор	доп	опт	хор	доп
<b>Учебный год 202—202-</b>															
1 полугодие															
2 полугодие															
<b>Учебный год 202—202-</b>															
1 полугодие															
2 полугодие															
<b>Учебный год 202—202-</b>															
1 полугодие															
2 полугодие															