

**Департамент образования администрации г. Иркутска
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**

РЕКОМЕНДОВАНА
решением методического совета
МАОУ ДО г. Иркутска.
«Дворец творчества»
протокол № 1 от 21.08.2024

УТВЕРЖДЕНА
приказом по МАОУ ДО г. Иркутска
«Дворец творчества»
от 21.08.2024 № 76/1-ОД

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00851E2A68C4F5B752179D17332F16EEEE6
Владелец: Кутимский Антон Михайлович
Действителен: с 03.09.2024 до 27.11.2025

А.М. Кутимский

**Рабочая программа
«Основы современной хореографии»**
к дополнительной общеразвивающей программе
«Хореография. Детский ансамбль «Бусинки»
(продвинутый уровень)

Адресат программы: дети 13-17 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность: художественная

Разработчик программы:

Помогаева Елена Николаевна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Иркутск, 2024

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1. Информационные материалы о программе	3
1.2. Направленность программы	3
1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы	3
1.4. Отличительные особенности программы	4
1.5. Цель и задачи программы	4
1.6. Адресат программы	5
1.7. Срок освоения программы	6
1.8. Режим занятий	6
1.9. Форма обучения	6
1.10. Особенности организации образовательной деятельности	6
2. Комплекс основных характеристик образования	6
2.1. Объем программы	6
2.2. Содержание программы	7
2.3. Планируемые результаты	9
3. Комплекс организационно-педагогических условий	9
3.1. Учебный план	9
3.2. Календарный учебный график	11
3.3. Формы аттестации. Оценочные материалы	11
3.4. Методические материалы	13
3.5. Иные компоненты	17
3.5.1. Условия реализации программы	17
3.5.2. Список литературы	18
3.5.3. Приложения	18
3.5.4. Воспитательный компонент программы	24
3.5.5. Формирование функциональной грамотности у учащихся	26
3.5.6. Календарно-тематический план	28

1. Пояснительная записка

1.1. Информационные материалы о программе

Рабочая программа «Развитие физических возможностей ребёнка» к дополнительной общеразвивающей программе «Хореография. Детский ансамбль танца «Бусинки» (далее – программа) составлена на основе многолетнего опыта разработчика программы, в соответствии с нормативными документами в соответствии с действующими нормативными документами в сфере образования, с учётом основных положений Устава МАОУ ДО г. Иркутска «Дворец творчества», локальных актов Учреждения, регламентирующих образовательную деятельность.

1.2. Направленность программы

Художественная.

1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы

Искусство танца - это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы классического танца, современного танца, исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие музыкальных жанров повышает эмоциональность детей, развивает их воображение.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области

Программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Для успешного функционирования в обществе дети должны уметь использовать полученные знания, умения и навыки для решения важных задач в изменяющихся условиях, действовать в ситуации неопределенности, находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон, осмысливать информацию, чтобы делать правильный выбор, принимать конструктивные решения, взаимодействовать с другими детьми и взрослыми. Данный факт говорит о том, что у детей должна быть сформирована функциональная грамотность. Содержание программы предусматривает формирование и развитие функциональной грамотности у учащихся.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что направлена на приобщение каждого ребенка к танцевально- музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной жизни, улучшении своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому образованию и воспитанию, ребенок приобретает эстетическую и танцевальную культуру, развитие танцевальных и музыкальных

способностей, помогает более тонкому восприятию хореографического искусства, формируется чувства ответственности в исполнении своей индивидуальности в коллективном процесс (общий танец), проявляется творческий потенциал при выполнении индивидуальных партий (соло) в коллективном постановочном процессе при создании танцевального номера.

Каждый новый танец становится для ребенка «открытием ума, сердца и души». Душа ребенка самобытна, индивидуальна. Для каждого ребенка необходим индивидуальный подход. Индивидуальные занятия направлены на развитие творческой индивидуальности, развитие воображения.

1.4. Отличительные особенности программы

Настоящая программа – это рабочая программа «Основы современной хореографии» к дополнительной общеразвивающей программе «Хореография. Детский ансамбль танца «Бусинки»

Уровень программы – продвинутый.

Содержание программы расширяет знания учащихся о видах хореографического искусства, об основах современной хореографии, формирует умения и навыки выполнять их, продвинутый уровень для учащихся требует глубокого знания системы понятий, умения решать проблемные ситуации в рамках программы; предполагает формирование умений у детей определять музыкальный слух, чувство ритма, воображение, фантазию, музыкальную и хореографическую память.

Отличительная особенность программы состоит в том, что большая часть учебного занятия, опирается на музыкально-ритмические упражнения и также предусматривает упражнения на развитие гибкости, координации движений, ловкости, что значительно расширяют арсенал средств для физического развития личности учащегося и его индивидуальности.

В программе учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: элементы классического, эстрадного, детского и современного танцев. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить детей со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Программа предусматривает индивидуальный подход к каждому учащемуся при помощи подбора заданий разного уровня сложности. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью учащегося на занятии. Личностно-ориентированное обучение позволяет создать “ситуацию успеха” для каждого учащегося. В ходе реализации программы у учащихся формируется функциональная грамотность.

Обучение строится по принципу от простого к сложному, усложнение учебного материала для одарённых и высокомотивированных детей. Для повышения эффективности образовательной деятельности используются *различные методы обучения: словесный, наглядный, практический, работа с литературой и современные образовательные технологии: личностно – ориентированная технология, развивающее обучение. Практический метод выступает как основной метод обучения. Методическое обоснование программы представлено в п.3.4. программы.*

1.5. Цель и задачи программы

Цель: формирование и развитие пластических и танцевальных способностей у учащихся посредством современной хореографии.

Задачи

Образовательные

1. Расширить знания:

- по основам современной хореографии;
- по средствам выразительности хореографического и музыкального искусства.

2. Формировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

3. Закрепить технику безопасности по теме «Правила поведения в хореографическом зале и на сценической площадке»

Развивающие:

Совершенствовать умения и навыки:

- самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- музыкально-пластического интонирования;
- исполнять экзерсис у станка и на середине, движения народно-стилизованного танца, эстрадного танца;

Развивать эмоциональную отзывчивость, способность к импровизации.

- функциональную грамотность у учащихся

Воспитательные

Способствовать

• воспитанию:

- чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению, уважительное отношение к нормам коллективной жизни;
 - самостоятельности, трудолюбия, целеустремлённости, аккуратности;
 - этики поведения в хореографическом классе и внешнего вида на занятиях.
- *формированию коммуникативной компетентности.*

Планируемые результаты соответствуют цели и задачам: у учащихся формируются вышеназванные знания, умения и навыки. *Планируемые результаты представлены в п.2.3 программы.*

1.6. Адресат программы

Программа разработана для детей 13-17 лет без специальных данных, но увлекающимися танцами и желающими научиться красиво, танцевать. Состав группы – постоянный разновозрастной. На занятиях при таком комплектовании можно успешно реализовать принцип взаимообучения: старшие выступают организаторами групповой деятельности, руководят подготовкой групп к занятию, объясняют то, что не усвоено младшими, готовят их к ответу на занятии, осуществляют контроль за работой и оценку достижений группы и каждого учащегося. Содержание программы позволяет учитывать возрастные и психологические особенности детей. Формирование групп происходит по возрастному принципу, по степени подготовленности, а также допускаются смешанные группы. Количество детей в группе от 10 до 15 человек с учётом требования по выполнению муниципального задания.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности, силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Как отмечают психологи, мышление подростков полно увлечений и страсти. Особенно остро эмоциональность характера проявляется в спорах, в отстаивании своих

взглядов. Выражено стремление объединить свои знания в единую систему и тем самым определить смысл своего существования.

В этом периоде учащимся доступна сложная координация, точность, отчетливость движений. Развивается художественный вкус: не всегда интересны конкретные, приземленные характеры, образы, сюжеты. Это необходимо учитывать при формировании репертуара коллектива. В этом возрасте больше времени уделяется подготовке учащихся к сценической практике. В этот период они учатся применять полученные знания, умения, навыки на практике, т.е. показывать полученные в процессе учебы результаты зрительской аудитории.

Вышеназванные возрастные особенности необходимо учитывать при организации учебных занятий.

1.7. Срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения: 9 месяцев, 36 недель. В период летних каникул реализуется краткосрочная программа за пределами содержания настоящей программы.

1.8. Режим занятий

Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа (6 часов в неделю, 216 ч), реализуется с 10.09.2024 по 31.05.2025. Продолжительность занятий 45 минут. Перерыв в групповых занятиях 10 мин.

Индивидуальная работа: 36 часов в год, 1 ч в неделю 1 раз по 1 часу (длительность 1 занятия - 45 мин)

1.9. Форма обучения

Форма обучения - очная.

1.10. Особенности организации образовательной деятельности

Образовательная деятельность организована в традиционной форме с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся

Реализация программы предусматривает:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- сводные репетиции
- участие в концертных мероприятиях;
- отчетный концерт творческого коллектива «Бусинки».

Для создания развивающей образовательной среды на учебных занятиях используются *интерактивные методы обучения* – тренировка, показ, практические упражнения, а также *современные образовательные технологии*: личностно – ориентированная технология, развивающее обучение. *Методическое обоснование программы представлено в п.3.4 программы.*

В ходе реализации программы проводится *входной и текущий контроль, итоговая аттестации*. В начале реализации программы проводится *входной контроль*. *Подробно контроль и аттестация представлены в п.3.3 программы. Оценочные материалы* представлены в приложении №1 п. 3.5.3. *Формы контроля по разделу, темам* представлены в календарно-тематическом плане в п.3.5.5.

2. Комплекс основных характеристик образования

2.1. Объем программы

Объем программы составляет: 252 часа.

Групповые занятия: 216 часов

Индивидуальные занятия: 36 часов.

2.2. Содержание программы

Примечание. В ходе изучения тем учебного плана у учащихся формируется функциональная грамотность:

1. При изучении раздела 2 «Классический танец», у учащихся формируется математическая грамотность через наложение музыкального материала и танцевального счета, а также раскладывания движения на счет.

2. При изучении раздела 3 «Основные движения современного танца»:

- тема 3.2 «Этюд: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке» у учащихся формируется математическая грамотность через исполнение рисунков танца (круг, квадрат, шахматный порядок, диагонали и т.д.), а также креативное мышление, естественно-научная грамотность и глобальные компетенции.

3. При изучении всех разделов у учащихся формируется глобальная компетентность, через коммуникацию в группах, парах, а также посредством учебных заданий во всех темах учебного плана. Данная деятельность осуществляется при выполнении практических заданий.

№ п\п	Содержание	Количество часов			Характеристика деятельности учащихся
		Теория	Практика	Всего	
1.	Раздел 1. О.Ф.П. (42 ч.)				
2.	Тема 1.1. Прыжки		18	18	Развивают физические возможности через выполнение специальных упражнений
	Упражнения выполняются с поджатыми коленями прямо и в повороте по точкам вправо и влево.				
3.	Тема 1.2. Движения рук		12	12	Укрепляют мышцы рук
	Выполнение упражнений на укрепление мышц рук.				
4.	Тема 1.3. Пластичность		12	12	Развивают пластичность тела и рук
	Упражнения на развитие пластичности в теле и руках.				
5.	Раздел 2. Классический танец (66 ч.)				
6.	Тема 2.1.Экзерсис у станка	2	16	18	Развивают пластичность и гибкость
	Постановка корпуса. Demiplies. Grand plies. Battements tendus. Battements tendus jetes. Grand battements jetes				
7.	Тема 2.2. Падебаск	4	5	9	Выполняют танцевальные элементы
	Движение выполняется с натягиванием подъема рабочей ноги прямо и по точкам.				
8.	Тема 2.3. Arabesque	1	8	9	Выполняют танцевальные элементы
	Разучивание 4 вида Арабеска.				
9.	Тема 2.4.Позы классического танца	1	8	9	Выполняют танцевальные элементы
	a la seconde, 4 вида arabesque, attitude, croise, efface, ecarte, epaulement.				
10.	Тема 2.5. Вращения	3	9	12	Выполняют прыжки
	Выполняются по 2, 6 позициям, в разном музыкальном темпе				
11.	Тема 2.6. Прыжки	3	6	9	Выполняют прыжки
	Танлеве соте Па эшаппэ				
12.	Раздел 3. Основные движения современного танца (36 ч.)				
13.	Тема 3.1 Разучивание позиций рук	5	13	18	Выполняют танцевальные элементы
	Простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.				

14.	Тема 3.2.Этюд: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.	5	13	18	
Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Эмоциональная передача танцевального образа. Простые импровизации на музыку.Отработка и выполнение танцевальных этюдов					
15.	Раздел 4. Постановка танцев (66 ч.)				
16.	Тема 4.1. Текущая работа над репертуаром	2	28	30	Выполняют и отрабатывают танцевальные элементы
Повторение изученных танцев					
17.	Тема 4.2. Постановка новых номеров	3	33	36	Отработка постановочных номеров
Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения					
18.	Раздел 5. Подведение итогов (6 ч.)				
19.	Тема 5.1. Итоговое занятие		6	6	Выполняют танцевальные элементы; демонстрируют полученные ЗУН
Мониторинг планируемых результатов. Анализ результатов образовательной деятельности.					
20.	Итого	29	187	216	

Индивидуальная работа

№ п\п	Содержание	Количество часов			Характеристика деятельности учащихся
		Теория	Практика	Всего	
1.	Раздел 1. Гимнастика (8 ч.)				
2.	Тема 1.1. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках)		8	8	Развивают физические возможности через выполнение специальных упражнений
Упражнения, развивающие подъем стопы. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. Упражнения, развивающие выворотность ног. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.					
3.	Раздел 2. Ритмика (8 ч.)				
4.	Тема2.1. Музыкально-ритмические игры		8	8	Развивают физические возможности через выполнение специальных упражнений
Упражнения, игры и динамика. Упражнения, игры и характер музыкального произведения					
5.	Раздел 3. О.Ф.П. (18 ч.)				
6.	Тема 3.1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины		8	8	Развивают физические возможности через выполнение специальных упражнений
Упражнение «лодочка». Упражнение «скручивание» на пресс. Упражнение «мостик»					
7.	Тема 3.2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	2	8	10	
Растяжка с наклоном в сторону. Растяжка с выпадом в сторону. Растяжка подколенных сухожилий с дополнительной нагрузкой. Сжатие тазовых мышц.					

Мостик бедрами					
8.	Раздел 4 Подведение итогов (2 ч.)				
9.	Тема 4.1. Итоговое занятие		2	2	Выполняют танцевальные элементы; демонстрируют полученные ЗУН
Мониторинг планируемых результатов. Анализ образовательных результатов учащихся					
10.	Итого	2	34	36	

2.3. Планируемые результаты

Знания:

- средства выразительности современного хореографического и музыкального искусства;
- стилевые направления современного хореографического искусства;
- техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке.

Умения и навыки:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии, народно-стилизованного танца
- музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- сценической практики
- исполнять экзерсис у станка и на середине.

Функциональная грамотность

Умения и навыки:

- применять полученные знания, умения и навыки в учебных и жизненных ситуациях;
- переносить полученные знания в нестандартную ситуацию;
- находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон;
- осмысливать информацию, чтобы делать правильный выбор;
- принимать конструктивные решения;
- взаимодействовать с другими детьми и взрослыми.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Учебный план

Групповые занятия

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной/ итоговой аттестации
		Теория	Практика	Всего	
Раздел 1. О.Ф.П					
1.	Тема 1.1. Прыжки		18	18	
2.	Тема 1.2. Движения рук		12	12	
3.	Тема 1.3. Пластичность		12	12	

	Итого по разделу		42	42	
	Раздел 2. Классический танец				
4.	Тема 2.1. Экзерсис у станка	2	16	18	
5.	Тема 2.2. Падебаск	4	5	9	
6.	Тема 2.3. Arabesque	1	8	9	
7.	Тема 2.4. Позы классического танца	1	8	9	
8.	Тема 2.5. Вращения	3	9	12	
9.	Тема 2.6. Прыжки	3	6	9	творческий показ, наблюдение
	Итого по разделу	14	52	66	
	Раздел 3. Основные движения современного танца				
10	Тема 3.1 Разучивание позиций рук	5	13	18	
11	Тема 3.2. Этюды	5	13	18	
	Итого по разделу	10	26	36	
	Раздел 4. Постановка танцев				
12	Тема 4.1. Текущая работа над репертуаром	2	28	30	
13	Тема 4.2. Постановка новых номеров	3	33	36	
	Итого по разделу	5	61	66	
	Раздел 5 Подведение итогов				
14	Тема 5.1 Итоговое занятие		6	6	творческий показ, отчётный концерт наблюдение
	Итого	29	187	216	

Индивидуальные занятия

№ п\п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной/ итоговой аттестации
		Теория	Практика	Всего	
	Раздел 1. Гимнастика				
1.	Тема 1.1. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках)		8	8	
	Итого по разделу		8	8	
	Раздел 2. Ритмика				
2.	Тема 2.1. Музыкально-ритмические игры		8	8	
	Итого по разделу		8	8	
	Раздел 3. О.Ф.П.				
3.	Тема 3.1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины		8	8	
4.	Тема 3.2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	2	8	10	
	Итого по разделу	2	16	18	
	Раздел 4 Подведение итогов				
5.	Тема 4.1 Итоговое занятие		2	2	творческий показ, наблюдение
	Итого	2	34	36	

3.2. Календарный учебный график

Начало учебного года с 10.09.2024, окончание – не позднее 31.05.2025. Начало и окончание учебного года конкретизируется расписанием учебных занятий.

Всего часов на программу – 216 часов, из них на теорию - 29 часов, на практику – 187 часов.

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Количество часов	12	16	16	18	12	16	18	18	18
Промежуточная/итоговая аттестация				творческий показ, наблюдение					творческий показ, отчётный концерт, наблюдение
Объем	216 часов								

Индивидуальные занятия

Всего часов на программу – 36 часов, из них на теорию - 2 часа, на практику – 34 часа.

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Количество часов	3	4	5	4	4	4	4	4	4
Промежуточная/итоговая аттестация									творческий показ, наблюдение
Объем	36 часов								

3.3. Формы аттестации. Оценочные материалы

Виды контроля и аттестации

- входной контроль - в начале учебного года;
- текущий контроль – тематический контроль (по темам, разделам);
- промежуточная аттестация – в конце декабря
- итоговая аттестация – после завершения изучения содержания всей программы, в конце учебного года

Формы контроля

Входной контроль: собеседования, выполнения практического задания (вопросы в приложении № 1 п. 3.5.3.)

Цель: уровень готовности учащихся к освоению программы.

Задачи:

- определить уровень знаний теоретического материала и практических умений, навыков, предусмотренных программой.

Форма фиксации: оценочный лист

Критерии оценки:

4 - правильных ответов – высокий уровень

3 - средний

2 - низкий

Текущий контроль: в ходе изучения тем по учебному плану; наблюдение, выполнение упражнений, участие в концертах.

Цель: уровень знаний, умений, навыков планируемым результатам по теме, разделу.

Задачи:

- определить уровень усвоения учащимися теоретических знаний в соответствии с изучаемой темой, разделом;

- определить уровень практических умений в соответствии с изучаемой темой, разделом.

Промежуточная аттестация: при завершении изучения программы в конце декабря- творческий показ, наблюдение.

Цель: выявить соответствие уровня теоретической и практической подготовки учащихся программным требованиям.

Задачи:

- выявить уровень усвоения теоретических знаний;

- определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами обучения;

- определить уровень развития индивидуальных творческих способностей;

- провести анализ полноты реализации программы;

- творческий показ.

Итоговая аттестация: при завершении изучения программы в конце учебного года - май; отчетный концерт, наблюдение.

Цель: выявить соответствие уровня теоретической и практической подготовки учащихся программным требованиям.

Задачи:

- выявить уровень усвоения теоретических знаний;

- определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами третьего года обучения;

- определить уровень развития индивидуальных творческих способностей;

- провести анализ полноты реализации программы;

- отчетный концерт.

В процессе наблюдения за деятельностью учащихся педагог определяет уровень теоретической и практической подготовки - уровень сформированности теоретических знаний, практических умений и навыков, а также степень сформированности функциональной грамотности. При выявлении уровня теоретической подготовки проводится тест.

Оценочные материалы итоговой аттестации в приложении 1 п.3.5.3, критерии оценки планируемых результатов в приложении 2 п.3.5.3., листы диагностики в приложении 3 п.3.5.3.

В случае организации образовательной деятельности с использованием *дистанционных технологий* предусматривается осуществление следующих видов мониторинга усвоенных знаний: тестирование (по итогам прослушанных лекций), а также небольшие практические задания. Итоговая творческая работа по заданной теме. Контроль и аттестация в случае организации образовательной деятельности в дистанционном режиме осуществляется в форме практического задания, которое направляется на электронную почту либо в Сферум. Детям дошкольного возраста, младшего школьного возраста задание

помогают выполнить родители (законные представители), либо ребёнок выполняет задание самостоятельно, но под контролем родителей. Родители направляют результат выполнения задания в формате видеозаписи. Учащиеся среднего и старшего возраста выполняют задание самостоятельно, делают видеозапись и направляют её педагогу. Педагог для проведения может использовать возможности Сферум.

Формы контроля и аттестации функциональной грамотности

Входной контроль: творческое задание в группах «Постройтесь в круг, квадрат, диагональ».

Промежуточная аттестация: просмотр социального короткометражного ролика и его обсуждение, в ходе которого педагог задает проблемные вопросы.

Итоговая аттестация: просмотр социального видеоролика; беседа.

Формы оценки ФГ: оценка педагога, самооценка, взаимооценка.

Данные формы позволят осмыслить результаты деятельности по формированию ФГ, спланировать деятельность на следующих занятиях/в следующем полугодии.

3.4. Методические материалы

Занятия по программе, включают в себя танцевальные упражнения, реализуемые в разном музыкальном темпе, ритме, отличительной амплитуде, упражнения для общего развития учащихся, упражнения на координацию, задания на развитие музыкального слуха и памяти, актерского мастерства. Занятия, построенные с использованием импровизации, позволяют детям развивать творческое мышление и получать удовольствие от собственных достигнутых результатов. Значительное внимание на занятиях уделяется развитию двигательным функциям, формированию правильной осанки, ровной и подтянутой походке. Учащиеся совершенствуют физические умения и навыки, у них развивается мышечное чувство, ориентирование и координация движений в пространстве, повышается жизненный тонус.

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации. Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям. Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

На занятии следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

- принцип доступности и посильности
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Формы организации образовательной деятельности детей: групповая, индивидуальная.

Виды занятий:

- мастер-класс,
- конкурс,
- практические занятия.

Методы обучения:

- словесный (объяснение, рассказ, инструктаж, дискуссия);
- практический (работа с детьми, создание танцевального номера);
- наглядный (проведение мастер – классов, видео);
- эмоционального восприятия: подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений; опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

Вышеназванные методы обучения позволяют познакомить учащихся с теоретическим материалом и отработать, закрепить на практических занятиях и показать высокие результаты на конкурсах.

Современные педагогические технологии:

Технология дифференцированного обучения - представляет собой совокупность организационных решений, средств и методов дифференцированного обучения, охватывающих определенную часть учебного процесса. Педагогический процесс строится как дифференцированный, основанный на принципе разделения. Основной вид дифференциации - индивидуальное обучение. Целевые ориентации при данной технологии:

- обучение каждого на уровне его возможностей и способностей,
- приспособление (адаптация) обучения к особенностям различных групп учащихся.

Технология сотрудничества.

Данная технология предполагает обучение в малых группах. Главная идея обучения в сотрудничестве — учиться вместе, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей.

Существует несколько вариантов организации обучения в сотрудничестве. Основные идеи, присущие всем вариантам организации работы малых групп – общность цели и задач, индивидуальная ответственность и равные возможности успеха.

Наверное, один из самых важных моментов в процессе обучения хореографического коллектива - это время самостоятельной отработки проученных комбинаций, движений, выполнение заданий или же собственная импровизация. В современном танце большая роль уделяется импровизации и научиться импровизировать можно только одним способом – танцевать, танцевать и еще раз танцевать, нарабатывать технику, искать новые способы движения, чувствовать свое тело и осознавать его линии. Задача не такая сложная, если учащийся работает только со своим телом и техникой и становится куда сложнее, когда в процесс подключается другой человек, а то и два. В таких упражнениях даже взрослому исполнителю сложно анализировать происходящее изнутри и снаружи, а начинающему танцору тем более. И именно здесь в помощь учащимся и педагогу приходит технология сотрудничества.

Для выполнения творческих заданий группа разделяется на две половины или же на определенное количество участников в подгруппах (3,4,5 чел.). Каждой подгруппе дается одинаковое задание и время для его выполнения, по завершению подготовки каждая

подгруппа показывает получившийся результат. В данном случае у учащихся есть возможность увидеть результат со стороны, проанализировать ошибки и удачные моменты проделанной работы, а при периодичном выполнении одного и того же задания- увидеть развитие хореографического мастерства.

Игровые технологии.

Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

Музыкальная игра – это активная деятельность, направленная на выполнение музыкально-ритмических задач. Известно, что игра не только повышает настроение, развивает координационные способности, физические качества, помогает лучше воспринимать материал, повышает функциональные возможности организма. Игровая форма стимулирует у детей, занимающихся хореографией, интерес к выполнению того или иного задания, позволяет педагогу несколько раз повторить одно и то же задание с целью усвоения какого-либо двигательного навыка и согласовать движение с музыкой. Музыкальные игры и игровые упражнения развивают музыкальную память, чувство ритма; способствуют совершенствованию и закреплению полученных двигательных умений и навыков в согласовании движений с музыкой, а также помогают лучше воспринимать материал.

Личностно-ориентированная технология.

На учебных занятиях обеспечиваются комфортных, бесконфликтных условий развития учащихся, реализацию их природных потенциалов. Учащийся не просто субъект, но субъект приоритетный. Он - цель образовательной системы, а не средство достижения чего-либо отвлеченного. Каждому учащемуся уделяется то количество времени, которое соответствует его личным способностям и возможностям, т.е. учебные занятия ориентированы на личность ребенка, направлены на развитие его творческих способностей.

Технология развивающего обучения.

На занятиях создаются условия для развития ребенка. Преобладает активно-деятельностный способ обучения. Содержание занятий, применяемые методы и приёмы ориентированы на *всестороннее развитие ребенка*. Педагог ориентируется на зону ближайшего развития каждого ребёнка. Смысл понятия «зона ближайшего развития» состоит в том, что на определенном этапе развития ребенок может решать учебные задачи под руководством взрослых и в сотрудничестве с другими учащимися, которые помогут ему найти правильное решение в поставленной перед ним задачи. Учебная задача в технологии развивающего обучения похожа на проблемную ситуацию, но решение ее состоит не в нахождении конкретного выхода, а в отыскании общего способа действия, принципа решения целого класса аналогичных задач. Учебная задача решается путем выполнения определенных действий:

- принятие от педагога или самостоятельная постановка учебной задачи;
- преобразование условий задачи с целью обнаружения всеобщего отношения изучаемого объекта;
- моделирование выделенного отношения в предметной, образной формах;
- построение системы частных задач, решаемых общим способом;
- контроль за выполнением предыдущих действий;
- оценка усвоения общего способа как результат решения данной учебной задачи.

У учащихся развиваются умения формулировать вопросы и ответы, искать аргументацию и источники решений, строить гипотезы и проверять их критическим рассудком, рефлексировать свои действия, а также способствует деловому общению. В диалоге «педагог - учащийся» соблюдается принцип постепенно убывающей помощи и увеличения доли самостоятельной деятельности ребенка. Задача педагога - не вывести всех на некий, заданный уровень знаний, умений, навыков, а вывести личность каждого

учащегося в режим развития, пробудить инстинкт познания, самосовершенствования.

Информационно-коммуникационные технологии:

- ***мультимедийная технология*** используется при подготовке к учебным занятиям, как педагогом, так и учащимися: поиск теоретического и наглядного материала.

– ***телекоммуникационная технология*** используется при подготовке учащихся к конкурсу и при организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий.

В случае реализации программы в очной форме с использованием дистанционных технологий, возможно, использовать такие формы как

- online-занятия,

- online-консультации;

- *Чат - занятия* — учебные занятия, осуществляемые с использованием чат - технологий. Чат - занятия проводятся синхронно, то есть все участники имеют одновременный доступ к чату.

Для проведения онлайн-занятий используется платформа Сферум, которая позволяет организовать командную работу, общаться в чате, совместно редактировать файлы, писать заметки и назначать встречи. Преподаватель может опубликовать разные варианты материала: задание с тестом, тест и материал занятия. Наличие чата, в котором можно писать сообщения, передавать файлы.

При проведении занятий с использованием дистанционных технологий используются *комплексные кейс-технологии*. Данная группа дистанционных образовательных технологий основана на самостоятельном изучении мультимедийных и печатных учебно-методических материалов, представленных в форме кейса и включающих в себя лекции, тренинги и т.д. Каждый кейс представляет собой завершённый программно-методический комплекс, где все материалы взаимосвязаны между собой и образуют единое целое. Учащимся направляются:

- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет - ресурсов;

- инструкции по выполнению практических заданий;

- дидактические материалы/ технологические карты;

- тестовые задания;

- творческие задания и др. разработанные презентации с текстовым комментарием;

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

Информирование родителей о результатах обучения их ребёнка через электронную почту, Сферум.

Здоровьесберегающая деятельность. Программа не содержит учебных перегрузок, все теоретические и практические задания выполняются в учебное время, во время занятий чередуются различные виды деятельности, обязательно перерыв на отдых.

Структура занятия

1. Организационная часть. Обращение педагога к учащимся. Исполнение поклона в знак приветствия и готовности к занятию.

2. Выполнение разминки, которая включает в себя комплекс упражнений у станка (если он предусмотрен в зале), а также на середине зала.

3. Теоретическая часть занятия (если она имеется). Знакомство учащихся с танцевальным материалом, просмотр видеофильмов с танцевальной и музыкальной тематикой.

4. Практическая часть занятия.

- разучивание упражнений, танцевальных движений;

- работа над манерой исполнения;

- создание хореографических этюдов и танцев.

5. Подведение итогов. Рефлексия. Поклон в знак прощания с педагогом.

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.
5. Васильева Т. К. Секрет танца [Текст] / Т. К. Васильева. – С.-Пб.: Диамант, ООО «Золотой век», 1997. – 231 с.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие [Текст] / И. Воронина. – Москва: Искусство, 1980. - 128 с.
7. Методические материалы, разработанные педагогом
 - 7.1. План-конспект мастер-класса «Разучивание элементов эстрадного танца»;
 - 7.2. План-конспект мастер-класса «Основы эстрадного танца»;
 - 7.3. Конспект сценария отчётного концерта детского ансамбля танца «Бусинки» Весна, капель, детство»;
 - 7.4. План-конспект мастер-класса «Обучение танцевальным элементам эстрадного танца в хореографическом ансамбле»;
 - 7.5. План-конспект мастер-класса «Детская хореография в стихах»;
 - 7.6. Инструкция для родителей по выполнению домашнего задания с детьми в дистанционном режиме;
 - 7.7. Памятка для родителей «Как помочь ребёнку подготовиться к выступлению».

Данные методические материалы представлены на электронном носителе.

3.5. Иные компоненты.

3.5.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение учебного процесса

- зал для занятий хореографии со станком;
- одежда для тренировочных занятий (личная);
- сценические костюмы;
- диски, записи,
- зеркала, коврики.

Техническое оснащение: магнитофон, CD диски

Форма одежды: черный купальник (маечка), черные шортики, белые носки и черные балетные туфли, на голове («шишка» - у девочек), у мальчиков- аккуратно прибранные волосы.

Информационное обеспечение

1. Методическая (п.3.4) и специальная (п.3.5.2) литература по хореографии.
2. Интернет-ресурсы: (проверено 20.05.2022)

для педагога:

- <https://infourok.ru/> о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
- <https://infourok.ru/> Методические рекомендации в помощь педагогу хореографу по организации и проведению эстрадного танца.
- www.horeograf.com Сайт посвящен хореографам и танцорам.
- <http://www.chel-15.ru/horejgrafija.html> . Методические и дидактические разработки по хореографии
- <https://vk.com/video> - Национальная Академия Современной хореографии.

Данными Интернет-ресурсами могут воспользоваться и учащиеся, и их законные представители на мобильных устройствах либо в домашних условиях при наличии выхода в интернет.

3. Методическая (п. 3.4.), специальная литература (п.3.5.2).

Кадровое обеспечение

Программу может реализовывать педагог со специальным хореографическим образованием.

В настоящий момент программу реализует Помогаева Елена Николаевна, педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, имеющей специальное хореографическое образование.

Учебные занятия могут проводиться с использованием дистанционных образовательных технологий – реализация отдельных разделов, тем учебного плана с применением информационно-коммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии с учащимися. Данные технологии применяются в случае болезни учащегося или для учащихся, при консультировании по отдельным вопросам в соответствии с содержанием программы, а также при неблагоприятной социальной обстановкой в городе, стране по распоряжению вышестоящих органов управления образования. *Дистанционные технологии представлены в п.3.4. программы.*

3.5.2. Список литературы

Для педагога:

1. Никитина Л.М. Листики музыкальной ритмики в России. - URSS.2016 г.120 с
2. Максимова Н.Ю. Листики музыкальной ритмики в России. - URSS.2014 г.48 с
3. Никитина Л.М. Листики музыкальной ритмики в России. - URSS.2015 г.120 с

Для детей и родителей:

1. Андросова, Э. А. Экспертиза образовательных программ дополнительного образования детей [Текст] /Э. А. Андросова //Дополнительное образование. – 2004. – №1.– С.20-26.
2. Блэйер Ф. Айседора. Портрет женщины и актрисы» [Текст] /Фредерика Блэйер. Пер. с англ. Е. Гусевой. – Смоленск: Русич, 1998. – 560 с.
3. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
4. Буйлова, Л. Н. Как разработать программу дополнительного образования детей [Текст] / Л. Н. Буйлова, Н. В.Кленова // Практика административной работы в школе. – 2004. – №4. – С.47-51.
5. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
6. Бурцева, Г. А. Принципы композиции современного танцевального жанра // Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона / Г. А. Бурцева. – М., 2006. – С. 121.
7. Васенина, Е. Российский современный танец. Диалоги / Е. Васенина. – М., 2005. – 264 с.
8. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб: Лань, 2001. – 192 с.
9. Горский, В. А. Рекомендации о порядке разработки и подготовки к сертификации образовательных программ ДОД [Текст] / В. А. Горский, Г. Н. Попова // Дополнительное образование. – 2005. – №2. – С.5-10.

3.5.3. Приложения

Приложение 1. Оценочные материалы.

Приложение 2. Критерии оценки планируемых результатов.

Приложение 3. Листы диагностики.

**Оценочные материалы
Входной и текущий контроль**

Вопросы к входному контролю

1. Хореография это: А) вокальное искусство Б) танцевальное искусство В) изобразительное искусство
2. Богиня танца: А) Мая Плисецкая Б) Айседора Дункан В) Терпсихора
3. Одним из современных уличных танцев является: А) хоровод Б) полька В) хип-хоп

Входной и текущий контроль проводится по упражнениям, которые представлены в данных таблицах. Педагог выставляет уровень выполнения упражнений ребенком: В – высокий, С – средний, Н – низкий. Данная форма контроля позволяет выявить степень освоения мастерства в течение времени занятий.

Высокий уровень- ребенок самостоятельно может исполнить движение, без технических ошибок

Средний уровень – ребенок может исполнить упражнение при помощи комментариев педагога. Допуская 2-3 технические ошибки.

Низкий уровень- ребенок не может исполнить упражнение при помощи комментариев педагога. Допуская больше 3 технических ошибок

Таблица № 1

Ф.И.О.	Планка	Пресс	Взъем	Козлик	Складочка	Колечко	Закач спины	Лодочки	Вазочка	Мост	Бабочка	Складочка	Лягушка	Махи в сторону лежа	Шпагат лежа	Шпагат сидя	Устойчивость в сторону

Таблица № 2

Ф.И.О.	Удержание в сторону	Шпагат на правую ногу	Шпагат на левую ногу	Устойчивость вперед	Удержание вперед	Махи во все направления	Захват в кольцо	Прыжки

Промежуточная/итоговая аттестация Теоретическая подготовка

В ходе наблюдения за деятельностью учащихся педагог определяет как учащиеся знают:

- основные выразительные средства танцевального искусства - гармоничные движения и позы, пластическая выразительность и мимика, динамика, темп и ритм движения, пространственный рисунок, композиция, костюм, реквизиты для танца
- стилевые направления современного хореографического искусства через выполнение танцевальных движений;
- технику безопасности на учебных занятиях и концертной площадке.

Практическая подготовка Для промежуточной аттестации

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошками, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу враспынную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

Для итоговой аттестации

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошками, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу враспынную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

Оценочные материалы для определения ФГ у учащихся Входной контроль для определения ФГ у учащихся

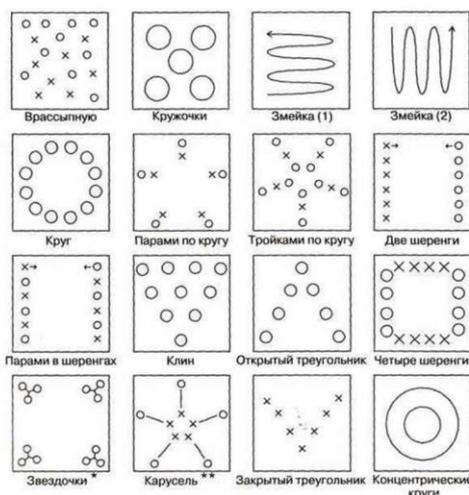
Творческое задание на математическую грамотность, креативное мышление и глобальные компетенции «Постройтесь в круг, квадрат, диагональ»

Детям предлагается разделиться на группы и выстроиться в предложенные педагогом фигуры.

1 этап: Построение сообща.

2 этап: Построение, не используя слов.

3 этап: Построение с закрытыми глазами без слов.



Промежуточная аттестация:

Креативное мышление: - просмотр информационного видеоролика «Что такое импровизация в танцах? / Как раскрепоститься и начать импровизировать» , <https://yandex.ru/video/preview/18012720357092256241> ,

- упражнение на импровизацию, понадобится книга, лучше всего взять какую-нибудь детскую сказку. Каждый из учащихся называет номер страницы и строки. Прочитав эту строчку, танцор пробует выразить ассоциативный смысл через танец, обращая особое внимание на глаголы и прилагательные. После того, как все участники исполнят свой кусочек, можно попробовать сделать их одновременно всей группой. При помощи этого несложного упражнения можно создать необычную танцевальную комбинацию.

Математическая грамотность: при создании танцевальной композиции продемонстрируйте:

- разный угол в движении рук, ног;
- прямую линию;
- окружность

Итоговая аттестация:

Математическая грамотность. Креативное мышление

Придумайте рисунок в танце, которые бы демонстрировали:

- разный угол в движении рук, ног;
- прямую линию;
- окружность.

Приложение 2

Критерии оценки планируемых результатов

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

- *высокий уровень* – освоен практически весь объем знаний, учащийся употребляет специальные термины осознанно и в их полном соответствии с содержанием;
- *средний уровень* – объем освоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой;
- *низкий уровень* - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

- *высокий уровень* – учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельно работает со специальным оборудованием, не испытывает особых затруднений, практические задания выполняет с элементами творчества, может иметь значительные результаты на уровне города, региона, России;
- *средний уровень* – у учащихся объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, при выполнении упражнений, движений нуждается в помощи педагога, задания выполняет на основе образца, может иметь значительные результаты на уровне района, города;
- *низкий уровень* - учащийся овладел менее чем $\frac{1}{2}$ предусмотренных программой умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при выполнении танцевальных упражнений, выполняет лишь простейшие практические задания.

Соответствие уровня баллам:

- «3б» - высокий уровень;
- «2б» - средний уровень;
- «1б» - низкий уровень.

Соотношение процентов к уровню освоения ДОП

- До 50%- низкий уровень;
- 51-69% - средний уровень;
- 70-100% - высокий уровень.

Критерии оценки уровня сформированности ФГ у учащихся

№	Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Применять полученные знания, умения и навыки в учебных и жизненных ситуациях	Учащийся умеет самостоятельно применять полученные знания, умения и навыки в учебных и жизненных ситуациях, не испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, не нуждается в помощи педагога	Учащийся испытывает затруднения при самостоятельном применении полученных знаний, умений и навыков в учебных и жизненных ситуациях, нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	Учащийся не умеет самостоятельно применять полученные знания, умения и навыки в учебных и жизненных ситуациях, испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу
2	Переносить полученные знания в нестандартную ситуацию	Учащийся без затруднений переносит полученные знания в нестандартную ситуацию, самостоятельно выполняет все необходимые действия, не нуждается в помощи педагога	Учащийся испытывает затруднения при переносе полученных знаний в нестандартную ситуацию, нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	Учащийся не умеет самостоятельно перенести полученные знания в нестандартную ситуацию, испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу
3	Находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон	Учащийся умеет самостоятельно находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон; не испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, не нуждается в помощи педагога	Учащийся испытывает затруднения самостоятельно находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон; нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	Учащийся не может самостоятельно находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон; испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу
4	Осмысливать информацию, чтобы делать правильный выбор	Учащийся умеет самостоятельно осмыслить информацию, чтобы делать правильный выбор, не испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, не нуждается в помощи педагога	Учащийся испытывает затруднения самостоятельно осмыслить информацию, чтобы делать правильный выбор, нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	Учащийся не может самостоятельно осмыслить информацию, чтобы делать правильный выбор, испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу
5	Принимать конструктивные решения	Учащийся самостоятельно принимает	Учащийся испытывает затруднения самостоятельно принять	Учащийся не может самостоятельно принять конструктивные

		конструктивные решения, не испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, не нуждается в помощи педагога	конструктивные решения, нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	решения, испытывает затруднения при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу
6	Взаимодействовать с другими детьми и взрослыми	Учащийся может установить контакт и активно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми при выполнении необходимых действий, не нуждается в помощи педагога	Учащийся испытывает затруднения самостоятельно установить контакт и активно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми при выполнении необходимых действий, нуждается в сопровождении педагога при выполнении необходимых действий	Учащийся не умеет самостоятельно установить контакт и активно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми при выполнении необходимых действий, нуждается в помощи педагога, выполняет действия по образцу

Приложение 3

Лист диагностики уровня теоретической подготовки учащихся

Учебный год _____
 Название РП: _____
 Год обучения: _____
 Группа _____

№	Фамилия имя учащегося	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии

Лист диагностики уровня сформированности практических навыков

Учебный год _____
 Название РП _____
 Год обучения: _____
 Группа _____

№	Фамилия имя учащегося	Критерии умения								количество		уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	баллы	%	

Критерии: умения и навыки:

1. исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца;
2. выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
3. определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
4. отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии, народно-стилизованного танца
5. музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
6. ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
7. сценической практики
8. исполнять экзерсис у станка и на середине.

Листы диагностики уровня сформированности ФГ

Учебный год _____
Название ДООП _____
Год обучения: _____
Группа _____

№	Фамилия имя учащегося	Критерии						Количество		Уровень
		Умения и навыки						Баллы	%	
		1	2	3	4	5	6			

Критерии:

1. применять полученные знания, умения и навыки в учебных и жизненных ситуациях;
2. переносить полученные знания в нестандартную ситуацию;
3. находить, сопоставлять, интерпретировать, анализировать факты, смотреть на одни и те же явления с разных сторон;
4. осмысливать информацию, чтобы делать правильный выбор;
5. принимать конструктивные решения;
6. взаимодействовать с другими детьми и взрослыми.

3.5.4. Воспитательный компонент программы

Важнейшая цель современного образования, одна из приоритетных задач общества и государства - воспитание нравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России.

В процессе обучения и воспитания на занятиях по хореографии у учащихся осуществляется формирование и развитие личностных качеств:

- умение общаться и сотрудничать с другими детьми и взрослыми в процессе совместной деятельности;
- чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению;
- самостоятельность, ответственность, целеустремлённость, аккуратность, трудолюбие;
- соблюдение этики поведения в хореографическом классе и внешнего вида на занятиях, к внешнему виду на занятиях, во время выступлений.

На учебных занятиях и вне их создаются условия для самореализации и саморазвития каждого ребёнка посредством личностных проб в совместной деятельности и социальных практик.

Цель воспитания – это планируемый результат. Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе наблюдения на протяжении всего периода обучения. Соотношение цели и результатов воспитания позволяет сделать вывод о качестве воспитания.

Воспитательная среда соответствует интересам, потребностям и возможностям учащихся, является средой личностного роста, душевного комфорта и социальной защищённости для всех участников образовательной деятельности.

На вводном занятии учащиеся знакомятся с историей Дворца творчества, проводятся игры на знакомство для того, чтобы учащийся смог осознать себя частью учебной группы, творческого объединения и Учреждения. В процессе обучения у учащихся воспитывается бережное отношение к материалам и оборудованию, используемых на занятиях. На учебном занятии создаются условия для познавательной активности учащихся, их творческого потенциала. Процесс воспитания логично встроен в содержание учебного процесса. Содержание воспитания зависит от темы занятия, от возраста учащихся, меняется в зависимости от этапа обучения. Учебные занятия содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их физическое развитие, способствуют росту их общей культуры, социализации. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Ребенок, вступая в мир хореографии, должен знать, что каждое занятие обязательно, понимать факт того, что каждое начатое дело должно быть выполнено добросовестно и доведено до конца. Это способствует воспитанию чувства ответственности и собранности. Занимаясь в коллективе, дети развивают в себе особо ценное качество - чувство ответственности за общее дело, учатся четко распределять свое свободное время, организованно продумывать свои планы. Занятия по хореографии – это средство эстетического воспитания. У учащихся формируется красивая осанка, красивые движения танца. Через танец дети учатся понимать красоту человека, родной земли. Танец – это всегда восторг и радостные эмоции. Строгие правила к внешнему виду во время танца формируют у детей культуру внешнего вида: подбор одежды, обуви, цветовой гаммы. Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса.

Для организации воспитательной деятельности используются формы:

- коллективные;
- групповые;
- индивидуальные.

Направления воспитания конкретизируются в плане воспитательной работы.

Компоненты функциональной грамотности, такие как финансовая грамотность и естественно-научная грамотность реализуются через воспитательные мероприятия с учащимися и родителями:

- вечера настольных игр (экономические игры – «Монополия», «Автомобильный завод», экологические игры – «Ферма», «Путешествие вокруг Байкала»);
- участие учащихся в мероприятиях Дворца творчества, направленных на формирование финансовой и читательской грамотности;
- массовые выезды в Иркутский планетарий, Дом природы, Ботанический сад, ПОЛ «Эколог», тематические экскурсии в детские библиотеки.

Качество обучения и воспитания во многом зависит от взаимодействия всех участников образовательной деятельности: педагога, учащихся, их родителей (законных представителей). Поэтому большое внимание уделяется психолого-педагогической поддержке семьи, повышению педагогической компетентности родителей (законных представителей) учащихся и психологической поддержке развития ребёнка в условиях семьи и Дворца творчества. В работе с родителями используются такие формы как :

- деятельность родительского комитета, родительские собрания;
- праздники, соревнования, иные мероприятия, направленные на сплочение семьи и Учреждения;
- индивидуальное консультирование по вопросам воспитания детей;

В процессе воспитательной деятельности используются:

Методы воспитания: убеждения, требование, стимулирование, мотивация,

Формы воспитательных дел:

- *коллективные:* флешмоб (социальная или тематическая акция), квест (игра-приключение на заданную тему), праздники.
- *индивидуальные:* беседы, консультации.
- *информационно-просветительские формы познавательного характера:* мастер-классы и открытые занятия, экскурсии.

Технологии воспитания:

- педагогика сотрудничества;
- игровые технологии;
- ситуативные технологии;
- здоровьесберегающие.

Принципы воспитания:

1. Принцип связи воспитания с жизнью, социокультурной средой.
2. Принцип комплексности, целостности, единства всех компонентов воспитательного процесса.
3. Принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) учащихся
4. Принцип гуманизма, уважения к личности ребенка в сочетании с требовательностью к нему.
5. Принцип опоры на положительное в личности ребенка.
6. Принцип воспитания в коллективе и через коллектив.
7. Принцип учета возвратных и индивидуальных особенностей детей.
8. Принцип единства действий и требований к ребенку в семье, образовательном учреждении, социуме.

3.5.5. Формирование функциональной грамотности у учащихся

Можно сказать, что каждый учащийся может быть успешным в том случае, если он овладел определёнными компетенциями, а для этого он должен усвоить определённый багаж знаний, умений и навыков и применять их на практике: в учебной или жизненной ситуации. Поэтому перед образованием в целом и дополнительным образованием в

частности стоит очень важная задача: подготовить мобильную личность, способную при необходимости быстро менять профессию, осваивать новые социальные роли и функции, быть конкурентоспособной. Поэтому особую актуальность в процессе образовательной и воспитательной деятельности приобретает такое направление как формирование функциональной грамотности у учащихся. В процессе реализации программы у учащихся формируются и развиваются способности:

- применять и интерпретировать математику в разнообразных контекстах. Эта способность включает математические рассуждения, использование математических понятий, процедур, фактов и инструментов, чтобы описать, объяснить и предсказать явления. Учащиеся понимают роль математики в жизнедеятельности человека, высказывают обоснованные суждения и принимают решения. Данный факт способствует их становлению как конструктивного, активного и размышляющего гражданина (*математическая грамотность*);

- понимать, использовать, оценивать тексты, размышлять о них и заниматься чтением для того, чтобы достигать своих целей, расширять свои знания и возможности, участвовать в социальной жизни (*читательская грамотность*);

- осваивать и использовать естественнонаучные знания для распознавания и постановки вопросов, для освоения новых знаний, для объяснения естественнонаучных явлений и формулирования основанных на научных доказательствах выводов в связи с естественнонаучной проблематикой; понимать основные особенности естествознания как формы человеческого познания; демонстрировать осведомленность в том, что естественные науки и технологии оказывают влияние на материальную, интеллектуальную и культурную сферы общества; проявлять активную гражданскую позицию при рассмотрении проблем, связанных с естествознанием (*естественнонаучная грамотность*);

- принимать эффективные решения в разнообразных финансовых ситуациях, способствующих улучшению финансового благополучия личности и общества, а также возможности участия в экономической жизни (*финансовая грамотность*);

- критически рассматривать с различных точек зрения проблемы глобального характера и межкультурного взаимодействия; осознавать, как культурные, религиозные, политические, расовые и иные различия влияют на восприятие, суждения и взгляды людей; вступать в открытое, уважительное и эффективное взаимодействие с другими людьми на основе разделяемого всеми уважения к человеческому достоинству (*глобальные компетенции*);

- использовать свое воображение для выработки и совершенствования идей, формирования нового знания, решения задач, с которыми он не сталкивался раньше, критически осмысливать свои разработки, совершенствовать их (*креативное мышление*).

Функциональная грамотность формируется и развивается у учащихся в процессе изучения тем учебного плана программы и при реализации воспитательного компонента. В процессе изучения тем учебного плана формируется математическая грамотность, читательская, естественно-научная грамотность, развивается креативное мышление, повышается уровень глобальных компетенций, при реализации воспитательного компонента формируются читательская, финансовая и естественнонаучная грамотность.

Для повышения эффективности деятельности по формированию функциональной грамотности у учащихся необходимо получать обратную связь об уровне её сформированности, т.е. должна быть проведена рефлексия с целью внесения коррективов в деятельность и содержание по формированию ФГ у учащихся. С этой целью проводится текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация. Формы контроля и аттестации уровня сформированности представлены в п.3.4 программы, в п.3.5.3 представлены критерии оценки и листы диагностики по уровню сформированности функциональной грамотности.

Формы, методы, приёмы обучения, образовательные технологии по формированию ФГ у учащихся

Работа над формированием и развитием функциональной грамотности у учащихся предполагает деятельностный подход в обучении, использование форм, методов обучения, образовательных технологий, которые предусматривают активную деятельность учащихся, проявление самостоятельности в принятии решений.

Формы организации деятельности учащихся: групповая, фронтальная.

Формы работы: поисковая деятельность, игровая деятельность, самостоятельная деятельность.

Формы учебных занятий: размышление, решение проблемных ситуаций, анализ социальных практик, дискуссии, мозговой штурм.

Методы формирования ФГ: устные (рассказ, беседа), практические (инсценировка и устное словесное рисование ситуации, моделирование ситуации).

Образовательные технологии: проблемного обучения, игровые, критического мышления, ИКТ, учебных ситуаций.

При организации работы по формированию и развитию ФГ у учащихся педагог Учебный материал/материал внеклассного занятия подбирается на междисциплинарной (интегрированной) основе и направлен на овладение обобщёнными приёмами познавательной деятельности с учётом творческих способностей учащихся. На учебном занятии/при проведении внеклассного занятия педагог создаёт обстановку доверия, уверенности в успехе, должна преобладать положительная оценка деятельности учащихся, её результатов. При необходимости педагог организывает анализ результатов деятельности учащихся на учебном занятии/внеклассном мероприятии по формированию функциональной грамотности у учащихся.

Таким образом, работа по формированию и развитию функциональной грамотности у учащихся позволит расширить зоны применения их знаний, умений и навыков в различных сферах деятельности, переосмыслить взаимоотношения с окружающими, своё место среди других людей. В целом работа над формированием функциональной грамотности у учащихся способствует нравственному становлению личности каждого ребёнка, его социальной адаптации в обществе.

3.5.6. Календарно-тематический план

День недели: понедельник, воскресенье (3 часа, 2 раза в неделю).

№	Дата	Коррек- тировка	Название раздела, темы, темы учебного занятия	Объём часов	Форма контроля
Раздел 1. ОФП (42ч.)					
Тема 1.1. Прыжки				18	Выполнение упражнений, беседа, наблюдение
1.	10.09		Прыжки с прямыми ногами	3	
2.	11.09		Прыжки с поджатыми ногами	3	
3.	17.09		Прыжки с прямыми и поджатыми ногами через 8 счетов	3	
4.	18.09		Прыжки -подскоки	3	
5.	24.09		Прыжки -трамплины	3	
6.	25.09		Серия изученных прыжков	3	
Тема 1.2. Движения рук				12	Выполнение упражнений
7.	01.10		Упражнение "мост".	3	
8.	09.10		Растяжка с выпадом в сторону.	3	
9.	15.10		Упражнение на укрепление мышц рук	3	
10.	16.10		Упражнение на укрепление мышц рук	3	

Тема 1.3. Пластичность				12	
11.	22.10		Упражнение «Кошка».	3	
12.	23.10		Упражнение «Воротник»	3	
13.	29.10		Упражнение «Птичка»	3	
14.	30.10		Упражнение «Полет»	3	Творческий показ, наблюдение
Раздел 2. Классический танец (66ч.)					
Тема 2.1. Экзерсис у станка				18	Выполнение упражнений
15.	05.11		Разучивание Демиплие	3	
16.	06.11		Разучивание Гранплие	3	
17.	12.11		Разучивание батман тондю	3	
18.	13.11		Разучивание батман тондю жете	3	Выполнение упражнений
19.	19.11		Разучивание Ронд де жан партер (андеор)	3	
20.	20.11		Разучивание Ронд де жан партер (андедан)	3	
Тема 2.2. Падебаск				9	
21.	26.11		Разучивание падебаска на середине зала лицом к зеркалу	3	
22.	27.11		Разучивание падебаска на середине зала спиной к зеркалу	3	
23.	03.12		Повторение	3	
Тема 2.3. Arabesque				9	
24.	04.12		Разучивание Arabesque (1-2 п)	3	
25.	10.12		Разучивание Arabesque(3-4 п)	3	
26.	11.12		Повторение	3	
Тема 2.4. Позы классического танца				9	
27.	17.12		I арабеск — ноги в положении effacee II арабеск — ноги в положении effacee	3	
28.	18.12		Повторение	3	
29.	24.12		III арабеск — ноги в положении croise IV арабеск — ноги в положении croise	3	
Тема 2.5. «Вращения»				12	Выполнение упражнений
30.	25.12		Простые вращения под средний музыкальный темп	3	
31.	31.12		Простые вращения под быстрый музыкальный темп	3	
32.	14.01		Простые вращения под медленный музыкальный темп с добавлением простого ключа	3	
33.	15.01		Простые вращения под медленный музыкальный темп с добавлением тройного ключа	3	
Тема 2.6 «Прыжки»				9	
34.	21.01		Прыжки по 6 позиции	3	
35.	22.01		Прыжки по точкам	3	
36.	28.01		Прыжки с поджатыми коленями	3	
Раздел 3. Основные движения современного танца(36ч.)					
Тема 3.1. Разучивание позиций рук				18	Выполнение упражнений
37.	29.01		Разучивание Позиций ног - по 1,2,3	3	Выполнение упражнений,
38.	04.02		Разучивание Позиций ног - по 4,5,6	3	
39.	05.02		Повторение	3	
40.	11.02		Разучивание Позиций рук - по 1,2,3	3	

41.	12.02		Разучивание Позичий рук - подготовительная	3	наблюдение
42.	18.02		Повторение	3	
Тема 3.2. Этюды				18	
43.	19.02		Характеристика музыкальных образов.	3	
44.	25.02		Подбор выразительных движений для создания образа. Эмоциональная передача танцевального образа.	3	
45.	26.02		Простые импровизации на музыку.	3	
46.	03.03		Отработка и выполнение танцевальных этюдов	3	
47.	04.03		«Музыка – цвет – настроение»	3	
48.	10.03		«Весело - грустно»	3	
Раздел 4. Постановка танцев (66ч.)					
Тема 4.1. Текущая работа над репертуаром				30	Выполнение упражнений
49.	11.03		Отработка основных шагов танца «Вперед за мечтой»	3	
50.	17.03		Отработка основных движений танца «Вперед за мечтой»	3	
51.	18.03		Отработка основных рисунков танца «Вперед за мечтой»	3	
52.	24.03		Работа над музыкальностью исполнения танца «Вперед за мечтой»	3	
53.	25.03		Работа над эмоциональностью танца «Вперед за мечтой»	3	
54.	31.03		Отработка основных шагов танца «Россия»	3	
55.	01.04		Отработка основных движений танца «Россия»	3	
56.	07.04		Отработка основных рисунков танца «Россия»	3	
57.	08.04		Работа над музыкальностью исполнения танца «Россия»	3	
58.	14.04		Работа над эмоциональностью танца «Россия»	3	
Тема 4.2. Постановка новых танцев				36	
59.	15.04		Знакомство с сюжетом танца «Современный», «Военный»	3	
60.	21.04		Разучивание экспозиции танца	3	
61.	22.04		Разучивание завязки танца	3	
62.	28.04		Разучивание основного действия танца	3	
63.	29.04		Разучивание Кульминации танца	3	
64.	05.05		Разучивание развязки танца	3	
65.	06.05		Разучивание финала танца	3	
66.	12.05		Отработка основного шага танца	3	
67.	13.05		Отработка танца «Современный»	3	
68.	19.05		Отработка танца «Современный»	3	
69.	20.05		Отработка танца «Военный»	3	
70.	25.05		Отработка танца «Военный»	3	
Раздел 5 Подведение итогов (6 ч.)					
Тема 5.1. Итоговое занятие				6	Творческий показ, отчётный концерт, наблюдение
71.	26.05		Подготовка к творческому показу	3	
72.	27.05		Творческий показ. Концерт	3	

Итого 216

Индивидуальная работа

День недели: среда (1 час).

№	Дата	Коррек- тировка	Название раздела, темы, темы учебного занятия	Объём часов	Форма контроля
Раздел 1. Гимнастика (8 ч.)					
Тема 1.1. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках)				8	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
1	13.09		Упражнения, развивающие подъем стопы.	1	
2	20.09		Упражнения, развивающие подъем стопы.	1	
3	27.09		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	1	
4	04.10		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	1	
5	11.10		Упражнения, развивающие выворотность ног.	1	
6	18.10		Упражнения, развивающие выворотность ног.	1	
7	25.10		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	1	
8	01.11		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	1	
Раздел 2. Ритмика (8 ч.)					
Тема 2.1. Музыкально-ритмические игры				8	Выполнение экзерсисов, выполнение упражнений
9	08.11		Разминочные упражнения для музыкально-ритмических игр	1	
10	15.11		Изучение основных элементов музыкально-ритмических игр	1	
11	22.11		Изучение основных элементов музыкально-ритмических игр в эстрадных танцах	1	
12	29.11		Изучение связей музыкально-ритмических игр	1	
13	06.12		Игры и динамика движений, способствующих развитию ловкости, координации движений	1	
14	13.12		Игры и движения, определяющие характер музыкального произведения	1	
15	20.12		Игры и движения, определяющие характер музыкального произведения	1	
16	27.12		Повторение и отработка музыкально-ритмических игр.	1	
Раздел 3. О.Ф.П. (18 ч.)					
Тема 3.1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины				8	Выполнение упражнений
17	10.01		Упражнение «лодочка».	1	
18	17.01		Упражнение «лодочка».	1	
19	24.01		Упражнение «скручивание» на пресс.	1	
20	31.01		Упражнение «скручивание» на пресс.	1	
21	07.02		Упражнение «мостик»	1	
22	14.02		Упражнение «мостик»	1	
23	21.02		Изучение движений, способствующих укреплению мышц спины	1	
24	28.02		Изучение движений, способствующих укреплению мышц спины	1	

Тема 3.2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника				10	
25	06.03		Растяжка с наклоном в сторону.	1	
26	13.03		Растяжка с наклоном в сторону.	1	
27	20.03		Растяжка с выпадом в сторону.	1	
28	27.03		Растяжка с выпадом в сторону.	1	
29	03.04		Растяжка подколенных сухожилий с дополнительной нагрузкой.	1	
30	10.04		Растяжка подколенных сухожилий с дополнительной нагрузкой.	1	
31	17.04		Сжатие тазовых мышц. Мостик бедрами	1	
32	24.04		Сжатие тазовых мышц. Мостик бедрами	1	
33	08.05		Закрепление движений, способствующих развитию гибкости позвоночника	1	
34	15.05		Закрепление движений, способствующих развитию гибкости позвоночника	1	
35	22.05		Закрепление движений, способствующих развитию мышечной силы и гибкости	1	
Раздел 4 Подведение итогов (1 ч.)					
Тема 4.1. Итоговое занятие				1	Творческий показ, отчётный концерт, наблюдение
36	29.05		Мониторинг планируемых результатов. Анализ образовательных результатов учащихся	1	
Итого				36 ч.	