

Управление общего образования администрации Ртищевского
муниципального района Саратовской области

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1
Г. РТИЩЕВО САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»
(МОУ "СОШ № 1 г. Ртищево Саратовской области")
Центр цифрового и гуманитарного профилей
"Точка роста"

Принята
на заседании педагогического совета
МОУ "СОШ № 1 г. Ртищево
Саратовской области"
Протокол № 1 от «28» августа 2024 г.

Утверждаю:
Директор МОУ "СОШ № 1
г. Ртищево Саратовской области"
Н.А. Попова
Приказ № 303 от 30.08.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
(художественной направленности)
«Иоланта»

Возраст обучающихся
12-17 лет
Срок реализации 34 часа
Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Коцыло Елена Геннадьевна

г. Ртищево, 2024

Содержание:

1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»:

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Планируемые результаты.....	6
1.4. Содержание программы:	
1.4.1. Учебный план.....	10
1.4.2. Содержание учебного плана.....	12
1.5. Формы аттестации и их периодичность.....	13

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1. Методическое обеспечение.....	13
2.2. Условия реализации программы.....	15
2.3. Календарный учебный график (Приложение № 1).....	15
2.4. Оценочные материалы.....	15
2.5. Список литературы.....	16

Методический кейс.....	17
Приложение 1.....	17
Приложение 2.....	21
Приложение 3.....	24

1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»:

1.1. Пояснительная записка

Программа дополнительного образования «Иоланта» среднего общего образования разработана в соответствии с положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МОУ «СОШ № 1 г. Ртищево Саратовской области»

Программа «Иоланта», рассчитана на возраст обучающихся 15-17 лет. Срок реализации программы составляет 34 часа в очной форме 1 час в неделю по 45 минут. Количество обучающихся в группе 18 человек.

Актуальность программы

Динамичные изменения современного общества, стремительный научно-технический прогресс, обуславливают осознание ценности культурного наследия, необходимости его сбережения и эффективного использования как одного из важнейших ресурсов мировой экономики.

Утраты культурных ценностей невосполнимы, поэтому, сегодня одной из ведущих тенденций дополнительной системы образования является художественное развитие подрастающего поколения как эффективного механизма формирования культурного потенциала и сохранения традиций и наследия страны.

Хореография – это самый впечатляющий вид искусства! Сегодня социальный заказ, предъявляемый к современному образованию, ориентирует нас на творческое развитие личности учащегося, его познавательных и созидательных способностей, успешной социализации и адаптации на рынке труда. Учреждения дополнительного образования формируют новую образовательную политику, обеспечивающую доступность, современность, соответствие социальному заказу на образовательные услуги.

Педагогическая целенаправленность

Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у учащихся танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают

организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Новизна и отличительные особенности программы в том, что в ней объединены как практические, так и теоретические основы изучения хореографии, а также занятия по гимнастике и ритмике, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

1.2. Цель программы

создание условий, способствующих раскрытию и развитию творческого потенциала ребенка, формирования культуры личности средствами хореографического искусства.

Задачи программы

Обучающие:

- формировать основы знаний в области танцевального искусства;
- формировать умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формировать культуру движения, выразительность движений и поз.

Развивающие:

- способствовать развитию общего физического состояния организма,
- развивать координацию движений, внутренней собранность, внимание;
- избавлять от стеснительности, зажатости, комплексов.

Воспитывающие:

- формировать у учащихся такие качества как, адаптивность, инициативность, креативность, общительность, трудолюбие, честность, чувство собственного достоинства;
- развивать чувство ответственности, самокритичности, умение радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- формировать устойчивый интерес к танцу и музыкальной культуре.

В основе программы лежат **педагогические принципы:**

- *принцип доступности* и индивидуализации возрастных особенностей и возможностей ребенка и, в связи с этим – определение по силе его знаний. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка;

- *принцип постепенного повышения требований.* Постепенный переход к новым, более сложным упражнениям, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам;
- *принцип сознательности и активности* предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение учащегося к своим действиям;
- *принцип повторяемости материала.* Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых, двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип;
- *принцип наглядности в обучении* хореографии понимается широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих учащегося с окружающей действительностью. Большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Возраст детей

Программа рассчитана для детей от 15-17 лет.

Набор детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих). Отбор в группу по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого ребенка проявить себя в хореографии.

Режим занятий

Продолжительность одного занятия для учащихся 15-17 лет - 45 минут. С целью охраны здоровья детей проводятся паузы в форме релаксаций, упражнений на расслабление мышц, упражнения на восстановление дыхания.

1.3. Планируемые результаты

За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний и умений:

- умение учащихся чувствовать и ощущать музыкальный ритм;
- сформированность потребности к творческому самовыражению;
- владение приемами, связками движений в танцевальных композициях;
- развитость двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
- повышение работоспособности и двигательной активности;
- развитость правильной осанки;
- навыки культуры общения между собой и окружающими, в паре, в танце.

должны знать:

- позиции рук, ног, головы в классическом танце;
- правила постановки корпуса;
- правила поведения на занятиях.
- знать точки плана класса, их расположение;
- припадание, боковой шаг.

должны уметь:

- исполнять переменный ход, лёгкий шаг с носка на пятку;
- исполнять элементы русского танца;
- выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога;
- выполнения партерной гимнастики.
- изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы и других животных;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- чувствовать характер марша, передавать его в шаге;
- правильное выполнение растяжки;
- правильное выполнение гимнастических упражнений.

В результате освоения дополнительной общеразвивающей программы учащиеся смогут овладеть планируемыми предметными, метапредметными и личностными результатами.

Предметные

К концу года обучения учащиеся должны:

- освоить азы ритмики, точно выполнять метроритмический рисунок музыки;
- частично освоить пространство репетиционного и сценического зала (1-8 точки), линейные, круговое построение, основные фигуры и рисунки танца, уметь держать интервалы, дистанцию в парно-массовых номерах;
- уметь определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- выполнять простейшие танцевальные движения в соответствии с музыкальным ритмом (шаг с подскоком, приставной шаг, шаг галоп, переменный шаг, шаг с притопом, шаг польки и т.д.);
- знать позиции ног классического танца (I, II, III), позиции рук (I, II, III), понятия опорная и работающая нога;
- освоить основные упражнения игровой партерной гимнастики (развить свои данные — подъем стопы, выворотность, шаг, гибкость спины, эластичность мышц и связок суставно-связочного аппарата).

Метапредметные

- соотносит свои практические действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся образовательной или конкурсной ситуацией;
- умеет организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учащимися; работать индивидуально и в группе.
- владеет основами самооценки;

Личностные

- сформированное нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе творческой деятельности.

Возрастные особенности детей и подростков

Возрастными особенностями детей и подростков являются специфические свойства личности (ее психики) закономерно изменяющиеся в процессе возрастных стадий развития под воздействием процессов воспитания и обучения. Каждый возрастной период (этап) развития личности характеризуется определенным уровнем развития ее познавательных способностей, мотивационной, эмоционально-волевой и перцептивной сферы.

Основными детскими и подростковыми возрастными периодами являются:

- младший школьный возраст — 6-11 лет;
- средний школьный возраст — 12-15 лет;
- старший школьный возраст — 16-18 лет.

Критерии такой периодизации включали в себя комплекс признаков, расцениваемых как показатели биологического возраста: размеры тела и органов, массу, окостенение скелета, прорезывание зубов, развитие желез внутренней секреции, степень полового созревания, мышечную силу. В этой схеме учтены особенности мальчиков и девочек. Однако вопрос о критериях биологического возраста, в том числе выявление наиболее информативных показателей, отражающих функциональные возможности организма, которые могли бы явиться основой возрастной периодизации, требует дальнейшей разработки. Каждый возрастной период характеризуется своими специфическими особенностями. Переход от одного возрастного периода к последующему обозначают как переломный этап индивидуального развития, или критический период.

Продолжительность отдельных возрастных периодов в значительной степени подвержена изменениям. Как хронологические рамки возраста, так и его характеристики определяются прежде всего социальными факторами.

Старший школьный возраст — 15-17 лет (ранняя юность).

Главное психологическое приобретение ранней юности — это открытие своего внутреннего мира, внутреннее «Я». Главным измерением времени в самосознании является будущее, к которому он (она) себя готовит. Ведущая деятельность в этом возрасте — учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечта и идеалы. Старший школьный возраст — начальная стадия физической зрелости и одновременно стадия завершения полового развития.

Психология подросткового возраста - один из ответственных этапов психического развития человека, становления его личности. Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка, усиленная воздействием половых гормонов, лежит в основе изменений его психики. Именно в этом возрасте интенсивно формируются самосознание, способность к анализу окружающих явлений, возрастает интерес к отвлеченным проблемам. Вместе с тем в психической сфере нередко выявляются признаки эмоциональной неустойчивости: немотивированные колебания настроения, сочетание повышенной чувствительности, ранимости в отношении собственных переживаний и известной черствости и холодности к другим, застенчивости и подчеркнутой развязности, самоуверенности. Повышается интерес к своей внешности, чрезмерно остро воспринимаются любые критические замечания по этому поводу. В мышлении подростков часто отмечается стремление к мудрствованию, разрешению сложных философских проблем, наблюдается склонность к фантазированию, вымыслам. В психике подростков отчетливо выступает противоречивость, связанная с неравномерностью психического и физического созревания. Черты «детскости» сочетаются у них с проявлениями «взрослости» и потому поведение часто выглядит непоследовательным, возможны и его нарушения.

Одна из характерных форм реакции подростка — желание освободиться от опеки или контроля взрослых в основе подобных реакций обычно лежит утрированное, стремление к самоутверждению, достижению самостоятельности. В этих случаях подросток стремится в любой ситуации поступать по-своему, старается как можно раньше отделиться от родителей и семьи, поступить на работу или учиться в другом городе и т. п. Чаше подобные реакции возникают, когда родители злоупотребляют своим авторитетом, подавляют стремление подростка к самостоятельности. Это может стать причиной тяжелых конфликтных ситуаций в семье, страдают и родители, и подростки, у которых легко развиваются неврозы с различной

тяжестью проявлений. Но и потакать любым желаниям подростка недопустимо. Порой требуется много такта и терпения для восстановления здоровой обстановки.

Нередки и так называемые реакции компенсации, когда подростки на глазах окружающих стремятся совершить отчаянные или безрассудно смелые поступки, чтобы доказать им и себе «силу воли», «храбрость» и т. д.

Огромную роль в формировании стиля поведения играет свойственное этому возрасту стремление к образованию подростковых групп, подчиняющихся определенным лидерам, причем вне стен школы лидером становится наиболее авторитетный и сильный, но не всегда достойный подражания. Нарушение поведения в подростковом возрасте в значительной мере связывается с хорошо известным явлением акселерации. При этом дело не только и ускорении темпов физического развития и полового созревания, но и в диспропорции между физическим и социальным созреванием подростка. В результате подростки, зрелые и физическом и половом отношении, в течение некоторого периода времени нередко обнаруживают черты психической инфантильности, «детскости» (повышенную внушаемость, подчиняемость постороннему влиянию и т. д.). Эта диспропорция нередко способствует нарушению поведения у подростков, а отсутствие необходимых условий воспитания и обучения

1.4. Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Цели и задачи обучения вальсу в общеобразовательной школе. История возникновения вальса.

Инструктаж по ТБ. Вступительная беседа: цели, задачи, требования к учащимся в процессе обучения.

История возникновения и развитие вальса. Истоки зарождения вальса; его разновидности: «Вольта», Венский вальс, Медленный вальс, Фигурный вальс.

Тема 2. Разминка. Тренировочные упражнения

Вводные упражнения в начале урока нацеленные на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активация их восприимчивости.

Независимо от выбранного комплекса, для каждого урока подбираются группы упражнений для всех частей тела: для рук, ног, мышечных групп живота, спины - различные приседания, наклоны, перегибания, вращательные движения для отдельных суставов и частей тела.

Вторая задача этих упражнений – активизация дыхания. Педагог должен с самого первого занятия обращать внимание учеников на правильное дыхание при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения.

Предлагается чередовать или объединять тренировочные движения:

- статистическая гимнастика (упражнения выполняемые в основном без перемещения по залу);
- динамическая гимнастика (упражнения выполняемые с перемещением по залу);
- тренировочные элементы джаз - танца для мышечного напряжения и расслабления.
- основной шаг вальса.

Тема 3. Разучивание техники танцевального комплекса.

Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в вальсе, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации начинающим.

Тема 4. Основные движения бального танца - Фигурный вальс.

Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения фигурного вальса:

- Танцевальный шаг
- Вальсовые повороты
- Правый поворот
- Первая половина поворота

может стать причиной неправильного формирования личности.

- Вторая половина поворота
- Поворот в паре
- Дорожка променад
- "Балянсе"
- Вальсовая дорожка (променад)
- Вращение в паре вокруг правой оси
- «Окошечко» (Фигура в паре)
- Поддержки различной сложности

Отработанные движения рекомендуется объединить в танцевальные комбинации.

Тема 5. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.

Развитие полученных хореографических навыков. Обучение учащихся грациозности и органичности движений, обращению с партнером, умению соотносить свои движения с услышанной музыкой. Отработка танцевальных этюдов.

Тема 6. Постановочная работа.

Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций.

Приведенный репертуар не является основным и может изменяться с учетом уровня восприятия, эмоционального и физического развития, интересов

учащихся, старшего школьного возраста, для которого характерно личностное творческое самовыражение. Совершенствование исполнительского мастерства **Тема 7. Отработка техники исполнения постановочной композиции.**

Совершенствование исполнительского мастерства. Индивидуальная работа с парами.

Тема 8. Повторение и закрепление пройденного материала.

Совершенствование исполнительского мастерства. Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.

Тематический план
(1 час в неделю, всего 34 часа)

№	Темы	Теоретическая часть	Практическая часть
1.	Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения и развития вальса. Музыка вальса. Размер, темп вальса.	1	1
2.	Разминка. Основные понятия бального танца. Позиции ног, позиции рук, основной шаг вальса.		2
3.	Разминка. Разучивание техники танцевального комплекса вальса. Поклон и реверанс.		4
4.	Разминка. Основные движения бального танца – фигурный вальс. Объединение движений в простые комбинации.		5
5.	Разминка. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Работа над композицией.		5
6.	Разминка. Постановочная работа. Схема композиции.		4
7.	Разминка. Отработка техники исполнения постановочной композиции.		8
8.	Разминка. Повторение и закрепление пройденного материала. Подготовка вальса для выступления.		5
	Всего		34

1.5. Формы аттестации и их периодичность

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль - оценка начального уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение, ранее не занимавшихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся, осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года (при сроке реализации программы более одного года).

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года.

Используются различные виды контроля: устный, практический, наблюдение.

Наиболее распространенные формы контроля: опрос, тестирование, итоговые занятия, контрольный просмотр, технический зачет, показательные выступления.

Критериями оценки результатов обучения служит освоение дополнительной общеобразовательной программы обучения, успешное участие в фестивалях и конкурсах, а также создание стабильного коллектива, заинтересованность учащихся в выбранном виде деятельности.

Работа с родителями имеет большое значение – это 50% успеха работы с детьми. Система родитель – педагог - ребенок и его увлечения – важный элемент в воспитании, как родителя, так и ребенка. Родительские собрания, отчетные выступления, открытые занятия для родителей, личные индивидуальные беседы, привлечение к изготовлению костюмов, подготовка праздников – все это дает свои положительные результаты.

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1. Методическое обеспечение

Используя разнообразные и доступные движения классического, народного и современного танцев у коллектива создается свой танцевальный репертуар. Танцевальные постановки направлены на раскрытие индивидуальности детей, на воспитание этических отношений исполнителей друг к другу, на развитие техники и выразительности исполнения.

Так же уделяется особое внимание к развитию познавательной деятельности за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров видеофильмов о танцах, посещение концертов, фестивалей.

Методическое обеспечение данной программы включает в себя следующие компоненты:

1. педагогические аспекты творческой деятельности;
2. этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию;
3. методы развития межличностного общения в коллективе;
4. методы создания художественной среды средствами хореографии;
5. интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Танцевальный коллектив должен активно участвовать в концертной деятельности, выступать на различных площадках города, района.

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов, флешносителя с фонограммами, DVD материалы с записями выступлений творческого объединения, DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов, альбом с фотографиями выступлений творческого объединения.

Формы обучения

Данной программой предусмотрены коллективные, групповые, парные формы работы, демонстрация результатов деятельности (концерты, праздники, выставки, конкурсы, зачётные занятия).

Методы обучения

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: наглядная демонстрация формируемых навыков - личный показ педагога, наблюдение, контраст, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично. Практические методы (репродуктивный, частично-поисковый, тренинг) - основаны на активной деятельности самих учащихся. Это:

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные

элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения, улучшения выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения. Эмоциональный метод - подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Для успешной реализации программы создаются условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- компьютер;
- обручи и мячи, скакалки.

Форма, танцевальная обувь, которые учащиеся используют на занятии, приобретается родителями.

2.3. Календарный учебный график (Приложение № 1)

2.4. Оценочные материалы

Для оценки эффективности реализации программы разработаны:

- критерии освоения образовательной программы учащимся (**Приложение № 2**);
- Отслеживание развитие детей в виде мониторинга: в начале учебного года и в конце учебного года. Уровень освоения программы детей определяется по критериям (**Приложение № 2**)
- диагностики воспитательного процесса (**Приложение № 3**).

Итоговый отчет результативности освоения программы проводится ежегодно в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года. Отчет о выполненной работе проводится в форме концертов, выступлений, участие в конкурсах и мероприятиях город

2.5. Список литературы

Список литературы:

1. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
2. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
4. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
5. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.
6. Зуева И.А. Современные танцы 2008г.
7. И.В. Макарова, В.П. Созонов Учитель и ученик: от воспитания к самовоспитанию. - Ижевск, 2017г.

Информационные ресурсы:

1. Сайт: www.valsis.ru (Учись танцевать вальс!)
2. <http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>
3. <http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln8Q>
4. http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm
5. http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3Qur-Y

Список литературы для обучающихся:

1. Бальный танец 16-19 века - Н.П. Ивановский_.pdf
2. Историко-бытовой танец - М. Васильева-Рождественская.pdf
3. Код Терпсихоры - К. Блазис.pdf
4. Хрестоматия для уроков историко-бытового танца_под ред.Зориной.pdf

Методический кейс

Приложение № 1

Примерный календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
	Первое полугодие							
1	сентябрь			групповое	1	Понятие о хореографии, форма одежды инструктаж по Т.Б	СОШ	беседа диагностика
2	сентябрь			групповое	1	Построение и поклон Ритмика.	СОШ	беседа
3	сентябрь			групповое	1	Разучивание техники танцевального комплекса вальса	СОШ	практическая
4	сентябрь			групповое	1	Ритмика. постановка корпуса	СОШ	практическая
5	октябрь			групповое	1	Фигурный вальс	СОШ	практическая
6	октябрь			групповое	1	Простая комбинация фигурного вальса	СОШ	практическая
7	октябрь			групповое	1	Основной шаг фигурного вальса	СОШ	практическая
8	октябрь			групповое	1	Термины бального танца	СОШ	беседа
9	ноябрь			групповое	1	Правила постановки	СОШ	практическая

						корпуса		
10	ноябрь			групповое	1	позиция ног I, II, III	СОШ	практическая
11	ноябрь			групповое	1	Разминка, партер	СОШ	практическая, наблюдение
12	ноябрь			групповое	1	«releve» , «demi plie» I	СОШ	наблюдение
13	декабрь			групповое	1	Различные виды вальсовых шагов	СОШ	наблюдение
14	декабрь			групповое	1	Отработка техники исполнения вальсовой композиции	СОШ	наблюдение, опрос
15	декабрь			групповое	1	Закрепление пройденного материала	СОШ	практическая
				Итого за первое полугодие	15			
Второе полугодие								
1	январь			групповое	1	положение рук по II позиции	СОШ	беседа диагностика
2	январь			групповое	1	термины экзерсиса	СОШ	беседа
3	январь			групповое	1	понятие позы Ритмика.	СОШ	практическая
4	январь			групповое	1	позиция рук I, подготовительное положение	СОШ	беседа практическая
5	февраль			групповое	1	знакомство с венским	СОШ	беседа

						вальсом		
6	февраль			групповое	1	постановка корпуса	СОШ	практическая
7	февраль			групповое	1	Положение в паре	СОШ	практическая
8	февраль			групповое	1	«demi plie» II, III;	СОШ	практическая
9	март			групповое	1	Партер. Движение по кругу	СОШ	практическая
10	март			групповое	1	положения по точкам класса	СОШ	беседа, наблюдение
11	март			групповое	1	Схема композиции венского вальса	СОШ	практический, опрос
12	март			групповое	1	Постановочная работа	СОШ	практическая
13	апрель			групповое	1	Работа над выразительностью	СОШ	опрос, практическая
14	апрель			групповое	1	Разминка. Работа над исполнением композиции	СОШ	наблюдение
15	апрель			групповое	1	Закрепление изученного материала	СОШ	практическая
16	апрель			групповое	1	Выпускной вальс: композиция танца	СОШ	проверка знаний
17	май			групповое	1	Выпускной вальс: работа в паре	СОШ	практическая
18	май			групповое	1	Выпускной вальс: работа в паре – тур вальса	СОШ	практическая

19	май			групповое	1	Выпускной генеральная репетиция	вальс: СОШ	практическая
				<i>Итого второе полугодие</i>	<i>за 19</i>			
<i>Всего за год</i>				<i>34 часа</i>				

Приложение № 2

Критерии освоения образовательной программы учащимся

№	Ф.И учащегося	Творческие способности		Танцевальная терминология		Танцевальные данные (шаг, выворотность, гибкость)		Артистичность эмоциональная выразительность		Танцевальная импровизация		Самостоятельное исполнение комбинации танца		Уровень	
		начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															

(«3»- низкий, «4»-средний, «5»-высокий)

Оценке и контролю **результатов обучения** подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную. Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов. Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях). Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).
- Музыкально – ритмическая координация. Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах

Параметры	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Танцевальные данные	• Хорошая осанка • Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах) • Танцевальный шаг от 1200 • Высокий подъем стопы • Очень хорошая гибкость • Легкий высокий прыжок	Не очень хорошая осанка • Выворотность в 2 из 3 суставов • Танцевальный шаг 900 • Средний подъем • Не очень хорошая гибкость • Легкий средний прыжок	• Плохая осанка • Выворотность в 1 из 3 суставов • Танцевальный шаг ниже 900 • Низкий подъем • Плохая гибкость • Нет прыжка
Музыкально ритмические способности	Отличное чувство ритма • Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов) • нервная • мышечная • двигательная • Музыкально ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Среднее чувство ритма • Координация движений 2 показателя из 3 • Музыкально ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку	• Нет чувства ритма • Координации движений 1 показатель из 3 • Музыкально ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене • создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	Не очень эмоционально выразительный, есть небольшой зажим на сцене • Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ	Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене • Не может создать сценический образ

Диагностики воспитательного процесса

Воспитание грамотного отношения к медико – профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека

Формирование представлений о здоровом образе жизни как гарантии здоровья будущего потомства

АНКЕТА (15-17 лет)

Что заставляет тебя употреблять спиртное?

- а) встреча с друзьями;
- б) праздники;
- в) одиночество.
- г) семейные драмы;
- д) иное;
- е) не употребляю.

2. Какой напиток сейчас популярен среди молодежи? (назовите).

3. В каком классе ты первый раз пробовал закурить?

4. Самый оптимальный возраст, по твоему мнению, для начала половой жизни.

5. Оцени, насколько твой образ жизни соответствует здоровому (по десятибалльной системе).

Анализ (к п. 5): 10, 9 – чрезмерная забота о здоровье;

7, 8 – хорошая;

5, 6 – средняя (пересмотреть свой образ жизни, отдельные привычки);

4 и меньше – недостаточная (нездоровый образ жизни).

Формирование навыков безопасного поведения

НЕДОПИСАННЫЙ ТЕЗИС

- Здоровый человек – это...

АНКЕТА

Если вы бываете не согласны со своей компанией, то:

- все равно делаю то, что делает большинство (да, нет);
- не спорю с группой, но и не делаю того, с чем не согласен (да, нет);
- ухожу из компании под каким – нибудь предлогом (да, нет);
- стараюсь переубедить компанию (да, нет);
- со своей компанией всегда согласен (да, нет).

Если есть другой вариант ответа, напишите его в конце анкеты.

ИЗУЧЕНИЕ СПЛОЧЕННОСТИ КОЛЛЕКТИВА

Методика: учащиеся должны выбрать из перечисленных качеств пять, которые, по их мнению, являются необходимыми для успешного выполнения учебной работы.

- Дисциплинированность.
- Эрудированность.
- Сознание общественного долга.
- Сообразительность.
- Начитанность.
- Трудолюбие.
- Идеиная убежденность.
- Умение контролировать работу.
- Моральная воспитанность.
- Самокритичность.
- Отзывчивость.
- Общественная активность.
- Умение планировать работу.
- Любознательность.
- Умение работать с книгой.
- Целеустремленность.
- Коллективизм.
- Прилежание.
- Требовательность к себе.
- Критичность.
- Духовное богатство.
- Умение объяснить задачу.
- Честность.
- Инициативность.
- Внимательность.
- Ответственность.

- Принципиальность.
- Самостоятельность.
- Общительность.
- Рассудительность.
- Осведомленность.
- Справедливость.
- Оригинальность.
- Уверенность в себе.

Вычисляется ЦОЭ (ценностно – ориентированное единство группы) по формуле:

$$C =$$

где С – ЦОЕ;

- количество учащихся;

- сумма выборов, приходящихся на пять качеств.

С 0, 5 – высокий показатель сплоченности группы. Такую группу можно считать коллективом.

0,3 С 0,5 - средний показатель.

С 0,5 – разрозненная группа.

ОБРАЗЕЦ

Фамилия учащегося	1	2	3	4	...	34
Иванов	x					
Петров			x			
	10	14	1			