

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
г. ЕНИСЕЙСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
(МАОУ ДО ЦДО)

РАССМОТРЕНО
Методическим советом ЦДО
Протокол № 5 от 04.05.2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ДО ЦДО
А.В. Бобрышева
Приказ № 01-03-019 от
06.05.2026г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Основы хореографии. Искусство импровизации»

Направленность программы: Художественная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Срок реализации программы: 4 года, 324 часа

Автор: педагог дополнительного образования
Дроздова Елена Владимировна

Енисейск

2026

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ. ИСКУССТВО ИМПРОВИЗАЦИИ»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

–Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года»;

–Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07. 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступ. в силу с 01.03.2023);

–Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

– Приказ Министерства образования и науки России от 09.01.2014 №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

–Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Положение «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам» МАОУ ДО ЦДО;

– Устав МАОУ ДО ЦДО и другие локальные акты.

Направленность. Дополнительная общеразвивающая программа имеет художественную направленность, разработана с целью развития творческих способностей детей в области искусства и культуры, передачи им духовного и культурного опыта человечества, а также воспитания

самостоятельной личности, способной выражать себя через пластику движений и музыкальность с помощью современной хореографии.

Актуальность программы обусловлена приоритетами государственной образовательной политики, отражёнными в Концепции развития дополнительного образования и национальном проекте «Успех каждого ребёнка». В современном обществе возрастает запрос на воспитание гармонично развитой личности, способной к нестандартному мышлению и творческому самовыражению.

Программа отвечает на этот запрос, способствуя:

- раннему выявлению и поддержке художественных способностей;
- формированию социально значимых компетенций и развитию социальной активности;
- профилактике негативных явлений в подростковой среде через вовлечение в созидательную деятельность;
- популяризации здорового образа жизни, так как занятия хореографией являются эффективной физической нагрузкой.

Содержание программы полностью соответствует интересам детей и родителей. Современная хореография выступает не только как вид искусства, но и как инструмент социализации. Сложные физические нагрузки (тренировка выносливости, вестибулярного аппарата, сердечно - сосудистой и дыхательной систем) органично сочетаются с развитием эмоционального интеллекта и коммуникативных навыков.

Новизна программы заключается в комплексном подходе к развитию творческих способностей учащихся через синтез хореографических техник, современных педагогических методов и акцента на импровизацию как ключевом элементе обучения. Такая программа отличается от традиционных подходов за счёт следующих аспектов:

- интеграция импровизации в основу обучения;
- использование инновационных методик и технологий (мастер-классы с приглашенными педагогами, проектно-исследовательские и игровые технологии, психофизические тренинги, метод «по показу» и «дополнение»);
- акцент на индивидуальном подходе;
- синтез танцевального и театрального искусства;
- работа с различными видами импровизации;
- системно-деятельностный подход;
- акцент на психологическом комфорте и самовыражении.

Таким образом, новизна программы заключается в смещении акцента с технической отработки на развитие творческого потенциала, в использовании современных педагогических инструментов и в создании среды, где импровизация становится основой для самовыражения и художественного роста.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена её направленностью на целостное развитие личности через синтез

физического движения и когнитивно-эмоциональной сферы. В основе лежит принцип исследовательского обучения, где танец становится инструментом познания мира и самого себя.

Ключевые аспекты педагогического воздействия:

- занятия формируют у учащихся ассоциативное мышление, обучающиеся учатся анализировать окружающую действительность, видеть её пластические и ритмические элементы, выстраивая связи между физическим миром и внутренним состоянием;

- программа способствует развитию способности к саморефлексии, обучающиеся осваивают навык интерпретации телесных ощущений и выражения сложных переживаний через движение, что формирует объёмное восприятие реальности;

- вовлечение в акт импровизации (тело, ум, душа) обеспечивает максимальное раскрытие творческого потенциала, что способствует развитию креативности, самостоятельности и формированию самобытной, гармонично развитой личности, готовой к самовыражению через искусство.

Программа реализует комплексный подход, обеспечивая интеллектуальное, эмоциональное и социальное развитие обучающихся.

Отличительные особенности. Программа является модифицированной, разработанной на основе авторских программ Лебединской В.Г. «Обучение детей основам модерн-джаз танца», Бочкаревой Н.И. «Ритмика и хореография» г. Красноярск, 1994г. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления, а так же использовалась методическая литература, базовые программы и личный опыт работы.

Отличительной особенностью является авторская концепция в части набора фигур и составления вариаций танцев с учетом различной степени подготовки танцоров, а также введение в программу тематики креативного танца и развивающего движения.

Данная образовательная программа допускает изменения и дополнения по ходу учебного процесса, как в методиках, так и в содержании занятий в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся, развития танцевальных тенденций и других факторов.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 7-11 лет. В объединение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья (мальчики и девочки). Проводится стартовая диагностика (входной контроль) с целью выяснения уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей (интересов, первичных умений и навыков, мотивации для занятий и т.п.). При наборе не учитывается степень предварительной подготовки, наличие способностей, физическое здоровье детей.

Состав групп – разновозрастной. В объединения последующего года обучения могут быть зачислены обучающиеся, не занимающиеся в группе предшествующего года обучения, но успешно прошедшие входной контроль. Количество детей в группе – до 12 детей.

При организации учебного процесса и разработки программы учитываются психологические особенности детей этого возраста:

- смена ведущего вида деятельности с игровой на учебную;
- освоение новых видов деятельности при предъявлении ребенку новых социальных требований, возникновении новых ожиданий социума («Ты уже школьник, ты должен..., можешь, имеешь право...»);
- несформированность эмоционально-волевой сферы, затруднена произвольная регуляция собственного поведения;
- незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления);
- тревожность, страх оценки;
- ориентация на общение со значимым взрослым (педагогом);
- формирование навыков учебной рефлексии;
- развитие когнитивных функций;
- различия в развитии мальчиков и девочек (преобладание логической сферы у мальчиков, эмоционально-чувственной у девочек);
- ориентация в поведении на оправдание ожидания и одобрения значимых взрослым.

Уровень программы: базовый. Ориентирует учащихся на образовательные программы продвинутого уровня Центра дополнительного образования «Современный танец» и «Ансамбль. Искусства танца», а также учреждения дополнительного образования «Хореографическая школа».

Срок реализации:

Срок освоения программы - 4 года, 324 часа.

1 год обучения: 72 часа, 2 раз в неделю по 1 часу.

2 год обучения: 72 часа, 2 раз в неделю по 1 часу.

3 год обучения: 72 часа, 2 раз в неделю по 1 часу.

4 год обучения: 108 часа, 1 раз в неделю по 1 часу, 1 раз в неделю по 2 часа.

Режим занятий: Первый год обучения продолжительность академического часа - 30 мин., второй и последующие годы обучения по 40 мин. Продолжительность перемены - 10 мин.

Форма обучения – очная. Программа предполагает возможность формирования индивидуальных образовательных маршрутов учащихся через разработку индивидуальных учебных планов и индивидуальных учебных программ.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование у детей 7–11 лет базовых хореографических компетенций и развитие творческих способностей посредством освоения техник танцевальной импровизации.

Предметные задачи первого года обучения:

- сформировать навыки правильной постановки корпуса, головы и плеч, освоить базовые позиции рук и ног;
- устранить двигательные зажимы, развить свободу и естественность движения;
- освоить простые танцевальные шаги и базовые комбинации, закрепить их в коротких связках;
- развить начальные навыки координации движений и пространственной ориентации (направление, дистанция, расположение относительно других участников и границ площадки);
- развить чувство ритма посредством выполнения двигательных упражнений под музыку с разной метрической структурой;
- выполнять импровизационные задания на образное воплощение тем («животные», «природные явления»: ветер, дождь, волны) с опорой на пластическую выразительность;
- научиться определять эмоциональный характер музыки (весёлая, грустная, спокойная, энергичная) и адекватно отражать его в движении.

Предметные задачи второго года обучения:

- углубить знания и технику исполнения позиций рук и ног, освоить их сочетания и переходы между ними;
- развивать физические качества: силу мышц, гибкость, выносливость — в рамках безопасной нагрузки и возрастных норм;
- совершенствовать координацию движений рук и ног в простых и усложнённых комбинациях;
- освоить использование разных уровней движения (низкий, средний, высокий) как выразительное средство;
- научиться взаимодействовать с предметом в танце (платок, лента, мяч и т. п.) как с элементом композиции и импровизации;
- осваивать навыки партнёрского взаимодействия в импровизации без заранее заданной схемы (согласование темпа, дистанции, направления);
- передавать в движении характер музыкальных фрагментов разных жанров, соотнося пластику с темпом, ритмом и настроением;
- импровизировать под музыку с неожиданными акцентами, синкопами и паузами, развивая слухо-двигательную реакцию;
- создавать короткие импровизационные этюды на заданные темы («путешествие», «волшебный лес») с целостным образом и логикой развития.

Предметные задачи третьего года обучения:

- развивать устойчивость, баланс и контроль тела в статике и динамике;

- освоить сложные перестроения и рисунки танца (зигзаги, диагонали, волны, круги) с синхронным исполнением в группе;
- изучить базовые принципы контактной импровизации: ведение и следование, поддержка, работа в парах и малых группах с учётом техники безопасности;
- осваивать элементы импровизации в разных стилях (классический, народный, современный танец) и различать их пластические особенности;
- подбирать движения, соответствующие динамике и фактуре музыки (piano/forte, плотная/прозрачная фактура, нарастание/затухание), формируя осознанный выбор выразительных средств.

Предметные задачи четвертого года обучения:

- совершенствовать технику исполнения сложных элементов из разных стилей танца с акцентом на точность, чистоту линий и контроль корпуса;
- освоить комбинации с поворотами, прыжками и активными перемещениями по залу, соблюдая технику безопасности и дозировку нагрузки;
- работать над качеством исполнения: точностью позиций, чистотой линий, эмоциональной наполненностью и артистизмом;
- создавать самостоятельные танцевальные композиции с использованием разных техник импровизации и композиционных приёмов;
- участвовать в групповых импровизациях с распределением ролей (лидер, ведомый, наблюдатель) и сменой функций в процессе;
- экспериментировать с пространственно-временными параметрами (близко/далеко, высоко/низко, быстро/медленно) как средствами выразительности;
- самостоятельно подбирать музыкальный материал для импровизационной композиции, обосновывая выбор по характеру, темпу и структуре;
- анализировать связь между музыкальными (темп, ритм, динамика, фактура) и хореографическими (уровень, направление, амплитуда, качество движения) средствами выразительности;
- готовить концертные номера с элементами импровизации, включая этапы постановки, репетиций и сценического воплощения.

Метапредметные задачи:

- развивать образное и ассоциативное мышление, фантазию и творческое воображение через пластическое моделирование образов и сюжетов;
- формировать способность к решению творческих и поисковых задач в условиях неопределённости (в том числе в импровизационных заданиях);

- формировать навыки продуктивного сотрудничества в процессе групповой импровизации, постановок и репетиций;
- развивать умения работать в коллективе: договариваться, распределять роли, учитывать мнения других, действовать слаженно и ответственно;
- формировать эмоциональный интеллект и способность к эмпатии через создание танцевальных образов, взаимодействие с партнёрами и рефлексия собственных и чужих эмоций.- развивать образное и ассоциативное мышления, фантазию и творческое воображения.

Личностные задачи:

- сформировать эстетический вкус и понимание красоты и гармонии в танце, включая разнообразие стилей и выразительных средств;
- развивать волевые качества: целеустремлённость, самодисциплину, умение преодолевать трудности и доводить работу до результата;
- сформировать внутреннюю мотивацию к занятиям хореографией как к источнику радости, вдохновения и личностного самовыражения;
- воспитывать уважительное отношение к труду артиста и педагога, к процессу репетиции и к выступлениям как к коллективной творческой деятельности.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план 1 года обучения

№	Название раздела	Кол-во часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Опрос
2.	Подготовительные упражнения	2	6	8	Наблюдение, самоанализ
3.	Основные танцевальные движения	2	7	9	Наблюдение, самоанализ
4.	Коллективная работа, в паре, сольно	2	6	8	Наблюдение, самоанализ
5.	Учимся импровизировать	3	15	18	Наблюдение, самоанализ
6.	Актёрское мастерство	2	8	10	Наблюдение, самоанализ
7.	Постановка и отработка танцев	3	12	15	Открытое занятие (показы). самоанализ
8.	Промежуточная аттестация	-	2	2	Практический показ, заполнение

					индивидуальной карты достижений
	Итого	16	56	72	

Содержание учебного плана 1 года обучения

Тема 1. Вводное занятие:

Теория (1ч): Программа и режим занятий; правила поведения и техники безопасности.

Практика (1ч): Простые танцевальные движения под разножанровую музыку.

Тема 2. Подготовительные упражнения:

Теория (2ч): Знакомство с суставно-мышечным аппаратом.

Практика (6ч): Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп. Подготовительные упражнения к танцевальным движениям. Пример: переход по 2ой позиции; взмах крыльями; марш; поднятие ноги на 45,90 градусов по всем направлениям; ходьба на полупальцах – подготовка к падебуре, с продвижением, вокруг себя; пакюри; ход с пятки, с носка, ёлочка, маятник.

Тема 3. Основные танцевальные движения:

Теория (2ч): Знакомство с хореографической терминологией.

Практика (7ч): Изучение простых танцевальных движений, пример: поворот вокруг себя на полупальцах, ковырялочка с притопом, пакюри, гармошка, галоп, подскоки.

Тема 4. Коллективная работа, в паре, сольно:

Теория (2ч): Основные принципы работы в паре и сольно.

Практика (6ч): Групповые упражнения, перестроения, галоп в паре, повороты в паре, смена партнёров, сольная работа.

Тема 5. Учимся импровизировать.

Теория (3ч): Понятие что такое импровизация. История возникновения импровизации в современном танце. Понятие пространства в современном танце.

Практика (15ч): Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется». Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Образы различных живых существ: человека, кошки, собачки, змеи, рыбки, птицы, балерины, лягушки, бабочки, королевы, принца, зайца. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка.

Тема 6. Актёрское мастерство:

Теория (2ч): Как придумать образ для хореографии.

Практика (8ч): Работа над мимикой и жестами, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страдание.

Тема 7. Постановка и отработка танцев.

Теория (3ч): Постановка по выбору педагога. Объяснения идеи, сюжета. Прослушивание и определение характера музыки.

Практика(12ч): Постановка танцев на основе программного материала.

Тема 8. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация: определение степени усвоения обучающимися учебного материала, определение промежуточных результатов обучения через проведение тестирования, внутреннего конкурса, участие в конкурсных мероприятиях, концертах.

Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Опрос
2.	Осознание тала	3	7	10	Наблюдение, самоанализ
3.	Ритмика в импровизации	2	6	8	Наблюдение, самоанализ
4.	Коллективная работа в паре, сольно	3	12	15	Наблюдение, самоанализ
5.	Уровни в современном танце.	2	6	8	Практическая демонстрация: выполнение одной и той же комбинации на трёх уровнях
6.	Актёрское мастерство	3	9	12	Показ этюдов
7.	Постановка и отработка танцев	3	12	15	Открытое занятие (показы), самоанализ
8.	Промежуточная аттестация	-	2	2	Практический показ, заполнение индивидуальной карты достижений
Итого		18	55	72	

Содержание учебного плана 2 года обучения

Тема 1. Вводное занятие:

Теория (1ч): Программа и режим занятий; правила поведения и техники безопасности.

Практика (1ч): Краткое повторение предыдущего года обучения, установление целей и ожиданий на этот год.

Тема 2. Осознание тала.

Теория (3ч): Знакомство с анатомией движения.

Практика (7ч): Изоляция частей тела, учимся двигать разными частями тела например, только плечи или только бедра. Работа с весом и бананом (подъём и спуск на стопах). Концентрацию на дыхании, положении позвоночника и таза.

Тема 3. Ритмика в импровизации.

Теория (2ч): Музыкальный размер, темп, ритмический рисунок.

Практика (6ч): Движения под разный темп. Упражнения в танцевальной импровизации с использованием ритма (прохлопывание ритма, танцуй своё имя, импровизация от слышимых стимулов, смена темпа и плоскости).

Тема 4. Коллективная работа в паре, сольно:

Теория (3ч): Основные принципы работы в паре и сольно.

Практика (12ч): Групповые упражнения, перестроения, галоп в паре, повороты в паре, смена партнёров, сольная работа.

Тема 5. Уровни в современном танце.

Теория (2ч): Понятие «уровни» в современном танце.

Практика (6ч): Импровизация в партере, в среднем и высоком уровне.

Тема 6. Актёрское мастерство:

Теория (3ч): Как работать с эмоциями в хореографии.

Практика (9ч): Импровизация на заданную эмоцию. Получите или выберите эмоцию и импровизируйте танец, основанный на ней («Эмоциональные крокодильчики», «Угадай эмоцию»)

Тема 7. Постановка и отработка танцев.

Теория (3ч): Постановка по выбору педагога. Объяснения идеи, сюжета. Прослушивание и определение характера музыки.

Практика (12ч): Постановка танцев на основе программного материала.

Тема 8. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация: определение степени усвоения обучающимися учебного материала, определение промежуточных результатов обучения через проведение тестирования, внутреннего конкурса, участие в конкурсных мероприятиях, концертах.

Учебный план 3 года обучения

№	Название раздела	Кол-во часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Опрос
2.	Контактная импровизация	3	8	11	Наблюдение, самоанализ
3.	Диалог в танце	3	7	10	Наблюдение, самоанализ

4.	Стили танца	4	14	18	Наблюдение, самоанализ
5.	Мини-этюды	3	9	12	Наблюдение, самоанализ
6.	Постановка и отработка танцев	3	14	17	Открытое занятие (показы), самоанализ
7.	Промежуточная аттестация	-	2	2	Практический показ, заполнение индивидуальной карты достижений
Итого		17	55	72	

Содержание учебного плана 3 года обучения

Тема 1. Вводное занятие:

Теория (1ч): Программа и режим занятий; правила поведения и техники безопасности.

Практика (1ч.): Краткое повторение предыдущего года обучения, установление целей и ожиданий на этот год.

Тема 2. Контактная импровизация.

Теория (3ч): Как влияет реквизит на выразительность современного танца. Принципы контактной импровизации с предметом.

Практика (8ч): Импровизация с предметом (мячом, платком, лентой, с воображаемым предметом и т.д.)

Тема 3. Диалог в танце.

Теория (3ч): Основные принципы диалога в танце.

Практика(7ч): Упражнения на развития диалога в импровизации (индивидуальный диалог, парный диалог, групповой диалог). Упражнения для развития диалога в импровизации: «Точное зеркало», «Импульс — Эхо — Ответ», «Доверие и опора», «Цепочка имён».

Тема 4. Стили танца.

Теория (4ч): Знакомство с элементами контемпорари, джаз-мдерн и хип-хоп.

Практика (14ч): Изучить упражнения для развития навыков импровизации, такие как «Следуй за мной», изменение темпа и плоскости, работа с частями тела.

Тема 5. Мини-этюды.

Теория (3ч): Знакомство с построением композиции.

Практика(9ч): Сочинение небольших танцев под заданную тему.

Тема 6. Постановка и отработка танцев.

Теория (3ч): Постановка по выбору педагога. Объяснения идеи, сюжета. Прослушивание и определение характера музыки.

Практика (9ч): Постановка танцев на основе программного материала.

Тема 7. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация: определение степени усвоения обучающимися учебного материала, определение промежуточных результатов обучения через проведение тестирования, внутреннего конкурса, участие в конкурсных мероприятиях, концертах.

Учебный план 4 года обучения

№	Название раздела	Кол-во часов			Форма аттестации,
		теория	практик а	всего	
1	Вводное занятие	1	2	3	Опрос
2	Скорости в современном танце	3	8	11	Наблюдение, самоанализ
3	Контактная импровизация	3	8	11	Наблюдение, самоанализ
4	Сюжетная импровизация	6	26	32	Наблюдение, самоанализ
5	Сочинение собственной хореографии	8	40	48	Наблюдение, самоанализ
6	Итоговая аттестация	-	3	3	Тестирование, класс - концерт, участие в конкурсных мероприятиях, концертах
Итого		21	87	108	

Содержание учебного плана 4 года обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория (1ч): Инструктаж о правилах поведения в танцевальном зале. Техника безопасности на занятиях.

Практика (2ч): Краткое повторение предыдущего года обучения, установление целей и ожиданий на этот год.

Тема 2. Скорости в современном танце.

Теория (3ч): Понятие «скорости» в современном танце.

Практика (8ч): Импровизация с использованием разных скоростей танца (медленная, средняя, быстрая).

Тема 3. Контактная импровизация.

Теория (3ч): Основные принципы контактной импровизации.

Практика (8ч): Упражнения и задания на импровизацию в пространстве. Импровизация с использованием разных скоростей танца. Отработка контактной импровизации в партере индивидуально и с партнером. Импровизация в партере, в среднем и высоком уровне.

Тема 4. Сюжетная импровизация.

Теория (3ч): Основные принципы постановки.

Практика (26ч): Создай танцевальный образ героя, танцую сказку, стихи, движения животных или стихий природы, танцую картину.

Тема 5. Сочинение собственной хореографии.

Теория (8ч): Откуда можно черпать идеи для создания собственных образов в хореографии, подбор художественной литературы для сочинения хореографии.

Практика (40ч): Сочинение собственных образов для создания своей хореографии. Сочинение танцевальных комбинаций, рассказ стихотворения или сказки путём хореографии. Сочинение танцевальных комбинаций в парах или группах, упражнение в колонне «зеркало друг друга». Сочинение кроссовых комбинаций на продвижение в диагоналях.

Тема 6. Итоговая аттестация.

Итоговая аттестация: определение результатов обучения по итогам реализации образовательной программы через проведение тестирования, класс - концерта, участие в конкурсных мероприятиях, концертах.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты:

В конце **первого года** обучения обучающиеся будут:

- ориентироваться в сценическом пространстве, двигаться по заданным траекториям и соблюдать безопасную дистанцию относительно других участников;
- выполнять простые импровизационные задания на основе заданных образов («животные», «природные явления»), используя движение как способ поиска новых пластических решений;
- передавать в движении простые текстуры и качества (лёгкое/тяжёлое, резкое/плавное, текучее/прерывистое) под музыку с чёткой метрикой;
- взаимодействовать в парах через постановочную точку прикосновения, сохраняя контроль корпуса и безопасную технику контакта;
- демонстрировать базовую постановку корпуса, головы и плеч, а также правильное исполнение базовых позиций рук и ног.-

В конце **второго года** обучения обучающиеся будут:

- управлять отдельными частями тела отдельно (изолированные движения головы, плеч, корпуса, бёдер) и сочетать их в простых комбинациях;
- импровизировать под сложный ритмический рисунок и музыку разных жанров, реагируя на акценты, паузы и смену темпа;
- инициировать движение от конкретной точки тела и осознанно использовать эту точку как источник импульса;
- интегрировать реквизит (платок, лента, мяч и т. п.) в импровизацию и короткую комбинацию, учитывая его вес, траекторию и безопасность;

- уверенно использовать три базовых уровня движения (низкий, средний, высокий) как выразительное средство.

В конце **третьего года** обучения обучающиеся будут:

- связывать случайные движения в непрерывную композицию за счёт использования принципов развития движения (повтор, контраст, вариация, накопление);

- синхронизировать импровизацию в ансамбле без предварительного сговора, используя невербальные сигналы (взгляд, направление, уровень, пауза);

- взаимодействовать с партнёром в контактной импровизации, соблюдая правила безопасности, демонстрируя навыки ведения и следования;

- свободно ориентироваться на площадке, перестраиваться по рисункам (диагонали, зигзаги, волны) и избегать столкновений при высокой плотности группы;

- самостоятельно собрать и показать короткий танцевальный этюд (1–2 минуты) на заданную тему, обосновав выбор пластики и структуры.

В конце **четвертого года** обучения обучающиеся будут:

- свободно владеть телом, демонстрировать отсутствие телесных зажимов, контроль корпуса и устойчивость при исполнении сложных элементов (повороты, прыжки, перемещения);

- гармонично импровизировать в группе, быстро адаптироваться к изменениям, менять роли (лидер, ведомый, наблюдатель) и поддерживать общий рисунок;

- мгновенно входить в художественный образ и удерживать его в течение заданного времени, используя выразительные средства (качество движения, уровень, динамика, фокус взгляда);

- создавать и структурировать хореографический материал, выстраивая композицию сольного или группового номера (завязка, развитие, кульминация, финал) с обоснованным выбором музыки и средств выразительности.

Метапредметные результаты:

- умеют преодолевать психологические зажимы, стеснение и страх перед публичными выступлениями или спонтанным действием;

- умеют самостоятельно формулировать замысел своей пластической миниатюры или планировать этапы создания творческого проекта;

- умеют выявлять причинно-следственные связи между характером музыки (темп, ритм, настроение) и качеством подбираемого движения;

- присваивают навык организации совместной репетиционной работы, умение находить компромиссы при постановке общих перформансов и бесконфликтно распределять роли в группе.

Личностные результаты:

- обладают упорством, трудолюбием и концентрацией внимания в процессе освоения новых техник;

- стремиться к постоянному личностному и творческому росту, поиску новых форм.
- умеют слушать свое тело, осознавать свои эмоции, физические ощущения и внутреннее состояние.
- стремятся к развитию креативности, воображения, фантазии и способности мгновенно принимать нестандартные решения.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ, ВКЛЮЧАЯ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Окончание учебных занятий	31 мая
Количество дней \ часов в учебный год	72 дня / 36 недель/72 часа
1 полугодие	32 дня / 16 недель/ 32 часа
2 полугодие	40 дней /20 недель/ 40 часов
Режим занятий	2 раза в неделю по 1 часа
Сроки проведения промежуточной аттестации	15-25 мая
Год обучения	2 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Окончание учебных занятий	31 мая
Количество дней \ часов в учебный год	72 дня / 36 недель/72 часа
1 полугодие	32 дня / 16 недель/ 32 часа
2 полугодие	40 дней /20 недель/ 40 часов
Режим занятий	2 раза в неделю по 1 часа
Сроки проведения итоговой аттестации	15-25 мая
Год обучения	3 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Окончание учебных занятий	31 мая
Количество дней \ часов в учебный год	72 дня / 36 недель/72 часа
1 полугодие	32 дня / 16 недель/ 32 часа
2 полугодие	40 дней /20 недель/ 40 часов
Режим занятий	2 раза в неделю по 1 часа
Сроки проведения итоговой аттестации	15-25 мая
Год обучения	4 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Окончание учебных занятий	31 мая
Количество дней \ часов в учебный год	72 дня / 36 недель/108 часа
1 полугодие	32 дня / 16 недель/ 48 часа
2 полугодие	40 дней /20 недель/ 60 часов
Режим занятий	1 раз в неделю по 1 часа 1 раз в неделю по 2 часа
Сроки проведения итоговой аттестации	15-25 мая

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Зал для занятий хореографией со специальным покрытием пола, гладким и нескользящим, амортизирующим удары и защищающим суставы от повреждений. Оборудован балетными станками и зеркалами, которые установлены вдоль длинных стен, занимают более половины площади стены, высота 2 метра, обеспечивают хороший обзор и удобство для занятий.

Гардеробная и раздевалка оборудованы шкафчиками для хранения одежды и обуви.

Средства мультимедиа:

- интерактивная доска и проектор для демонстрации видеороликов, документальных фильмов и обучающих роликов;
- звукозаписывающие устройства и музыкальные центры для воспроизведения фонограмм и сопровождения занятий;
- фото- и видеокамеры для фиксации танцевальных движений и последующей коррекции ошибок.

Костюмированная и реквизитная база:

- набор аксессуаров и украшений для выступлений и тренировок;
- хранение образцов одежды и обуви, используемых в различных видах танцев;
- консультативный фонд костюмов и масок для создания исторических реконструкций и театрализованных представлений.

Спортивно-гимнастическое оборудование:

- специальные зеркала и стойки для отработки движений и позиций;
- гимнастические коврики и матрасы для растяжки и гимнастических упражнений;
- специальные тренажёры и приспособления для укрепления мышечного аппарата и суставно-связочного аппарата.

Информационное обеспечение программы

Учебно-методические материалы:

- учебники и пособия по основам хореографии, ритмике, пластике и искусству танца;
- методы преподавания танцевальных дисциплин, описания классических и современных танцевальных школ.
- иллюстрированные материалы, карты и атласы танцевальных движений и схем постановки.

Музыкальные материалы:

- фонотеки и аудиокolleкции записей народной, классической и современной музыки;
- CD-диски и DVD с записями концертов, выступлений и мастер-классов известных танцоров и коллективов;

библиотека танцевальных треков для занятий и постановки хореографических номеров.

Фотоматериалы и видеоматериалы:

- фотографии и фильмы, запечатлевшие исторические и современные танцевальные постановки;
- каталоги костюмов, обуви и реквизита для выступлений;
- документация и архивы прошлых сезонов, включающие видеозаписи, рекламные материалы и пресс-релизы.

Электронные ресурсы:

- онлайн-курсы и дистанционные лекции по танцевальному искусству;
- веб-сайты, содержащие информацию о новейших направлениях и технологиях в хореографии;
- электронные библиотеки с архивами научных статей и публикаций по истории и теории танца.

Нормативно-правовые документы:

- локальные акты учреждения, регулирующие организацию учебного процесса;
- нормативные акты федерального и регионального уровня, регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности;
- законодательные акты, касающиеся лицензирования и аккредитации образовательных программ.

Документы учета и отчетности:

- графики занятий, планы-конспекты уроков, журналы посещаемости и успеваемости;
- материалы аттестационных комиссий и итоговых мероприятий;
- протоколы заседаний методических объединений и совещаний педагогов;

Интернет-ресурсы:

- сайты, посвященные развитию и продвижению танцевального искусства;
- социальные сети и мессенджеры для оперативного обмена информацией и координации работы;
- платформы дистанционного обучения и сетевые сервисы для проведения онлайн-занятий и мастер-классов.

Кадровое обеспечение программы. Программа реализуется педагогом, имеющим высшее или среднее педагогическое образование в области «Хореография», обладающим глубокими знаниями и опытом в организации интерактивных занятий, понимающим специфику дополнительного образования и владеющим методиками преподавания танцевального искусства детям.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система оценки в программе носит комплексный характер и направлена на отслеживание индивидуального прогресса каждого обучающегося. Она включает входную диагностику, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Вид контроля	Цель проведения	Время проведения	Формы проведения
Входной контроль	Определение исходного уровня физических, творческих и технических данных для построения индивидуальной траектории развития	Начало учебного года (сентябрь)	Наблюдение, беседа, практическое занятие (просмотр базовых движений), входное тестирование
Текущий контроль	Мониторинг усвоения материала в режиме реального времени, выявление и своевременное устранение пробелов в знаниях и навыках	На каждом занятии и по завершении изучения отдельных тем	Наблюдение за работой, анализ практических заданий, экспресс-опросы, обсуждение творческих идей
Промежуточная аттестация	Оценка динамики развития обучающихся за полугодие, определение степени достижения краткосрочных целей программы	В конце каждого полугодия (декабрь, май)	Внутренний конкурс, участие в конкурсах и фестивалях, выступления в отчетном концерте, тестирование
Итоговая аттестация	Комплексная оценка результатов освоения программы, соотнесение их с поставленными целями и задачами. Подтверждение уровня освоения программы	В конце курса обучения (в конце 4-го года обучения; май)	Тестирование, класс-концерт, участие в конкурсных мероприятиях и концертах

Итоговая аттестация представляет собой комплексную проверку знаний, навыков и умений, полученных за весь период обучения. Она позволяет оценить уровень профессионального мастерства выпускника.

1. Класс-концерт (практическая часть)

Это демонстрация технической и артистической подготовки. Обучающийся представляет:

- классический танец: демонстрация основ, чистоты линий и академической техники;
- современная хореография: показ владения лексикой и техниками contemporary dance, джаз-модерна или других актуальных направлений;
- свободный стиль/импровизация: демонстрация индивидуального творческого почерка, артистизма и эмоциональной выразительности.

2. Портфолио профессиональных достижений

Это визуальное и документальное подтверждение творческого пути обучающегося. Портфолио служит инструментом для дальнейшего профессионального развития (поступление в вуз, кастинги). В него входят:

- видеозаписи: выступления на отчетных концертах, конкурсах и фестивалях;
- медиа-материалы: профессиональные и репетиционные фотографии;
- документы: сертификаты, дипломы, грамоты, подтверждающие участие в мероприятиях;
- отзывы: рецензии педагогов и отзывы зрителей, подтверждающие сценический опыт.

Мониторинг и фиксация результатов:

Входная диагностика позволяет оценить начальный уровень развития учащегося по ключевым физическим и творческим параметрам, что важно для индивидуального подхода и планирования дальнейшего обучения. Анализируются такие показатели, как выворотность ног, подъём стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, высота и качество прыжка, координация движений, музыкальный слух, а также эмоциональность и воображение. Итоговая сумма баллов по всем критериям определяет общий уровень развития обучающегося на старте программы.

Подробные показатели, критерии и шкалы оценки приведены в Приложении 1 к настоящей программе.

Оценка предметных компетенций осуществляется по 3-балльной шкале, где 3 балла соответствует высокому уровню владения, 2 балла — среднему, а 1 балл — низкому. Критерии охватывают ключевые аспекты: от музыкально-ритмических навыков и техники исполнения до самостоятельности мышления и знания истории хореографии.

Подробные характеристики каждого уровня по всем компетенциям приведены в таблице Приложения 2 к настоящей программе.

Оценка личностных качеств, воспитанности и универсальных навыков (метапредметных компетенций) осуществляется на основе наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе занятий, репетиций и публичных выступлений. В рамках мониторинга анализируются такие

параметры, как профессиональная воспитанность и этика (эстетика выполнения работы, культура организации деятельности, уважительное отношение к чужой работе, адекватность восприятия критики), а также социально-коммуникативные навыки, включая коллективную ответственность.

Для каждого показателя определены три уровня оценки: 3 балла — максимальный (всегда проявляет качество), 2 балла — средний (стремится проявлять), 1 балл — минимальный (не проявляет или проявляет слабо). Диагностика осуществляется методами наблюдения и анализа результатов деятельности.

Подробные характеристики каждого уровня по всем компетенциям приведены в таблице Приложения 3 к настоящей программе.

Дополнительные показатели качества обучения (участие в конкурсах, концертах, фестивалях) фиксируется в Приложении 4.

Программа предусматривает комплексный подход к отслеживанию прогресса каждого обучающегося. Результаты фиксируются в индивидуальной карте развития, которая включает:

- официальные подтверждения: грамоты, дипломы, сертификаты за участие в конкурсах и фестивалях;
- визуальные материалы: профессиональные фото- и видеоматериалы выступлений;
- аналитические документы: протоколы промежуточной и итоговой аттестации, диагностические карты.

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Особенности организации образовательного процесса:

Учебный процесс организован исключительно в очной форме, что является ключевым условием для эффективного обучения хореографии. Личный контакт обеспечивает непосредственное взаимодействие педагога и обучающихся, позволяет проводить практические занятия, индивидуальные корректировки техники и мастер-классы. Это способствует не только передаче знаний, но и развитию артистизма, творческого мышления и поддержанию высокого уровня мотивации.

Организация образовательного процесса строится на следующих ключевых принципах:

Индивидуальный подход. Заключается в учёте личностных особенностей и способностей каждого обучающегося, выявлении одарённых детей и выстраивании персональных траекторий развития. Реализуется через индивидуальные консультации с детьми и их родителями.

Доступность и открытость. Обеспечивается системой открытых занятий,

родительских собраний и коллективных творческих мероприятий. Это создаёт прозрачную образовательную среду и вовлекает родителей в жизнь коллектива.

Преемственность. Передача опыта от старших воспитанников к младшим осуществляется через совместную работу над репертуаром и участие в общих проектах, что сохраняет традиции коллектива.

Дифференцированный подход. Реализуется через разделение групп по гендерному признаку (обучение девушек и юношей), а также формирование подгрупп с учётом уровня подготовки и темпа усвоения материала.

Комплексное развитие личности. Включает гармоничное сочетание физической, музыкальной и нравственной подготовки. Важной частью этого принципа является участие обучающихся в гастрольных поездках, конкурсах и концертах.

Разнообразие репертуара. Подбор хореографического материала осуществляется с учётом возраста, пола, уровня технической сложности и актуальности номеров. Репертуар постоянно обновляется в соответствии с творческими задачами коллектива.

Методы обучения:

- наглядно-демонстрационный метод: использование визуальных средств (фотографии, видеозаписи, образцы костюмов и реквизита) для ознакомления с историей танца, видами хореографии и правилами исполнения;

- практико-ориентированный метод: применение активных форм обучения, таких как самостоятельная постановка танцевальных номеров, участие в конкурсах и концертах, мастер-классы и практические занятия с профессиональными танцорами;

- игровой метод: использование ролевых игр, конкурсов, викторин, кроссвордов и загадок для привлечения интереса к теоретическим аспектам танца и закрепления знаний;

- творческо-экспериментальный метод: задания на развитие творческого мышления, создание собственных хореографических композиций, импровизация и свободное выражение эмоций через танец;

- метод проектов: создание и защита творческих проектов, разработка и постановка собственных танцевальных номеров, проектирование сценических постановок и организация выступлений;

- коммуникативный метод: активное взаимодействие в группе, обмен опытом и поддержкой, дискуссии и обсуждения по актуальным вопросам танцевального искусства.

- историко-культурный метод: изучение истории танцевального искусства, национальных и мировых традиций, включение историко-культурных экскурсий и посещения театров и музеев;

- методы эмоционального восприятия: подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений, опора на собственный фонд

эмоциональных переживаний каждого учащегося.

Формы организации образовательного процесса:

- групповые занятия: вся группа занимается вместе под руководством педагога. Данная форма позволяет влиять на всех обучающихся одновременно, способствуя творческому развитию личности в коллективе. На групповых занятиях осваиваются новые движения, массовые танцы и хореографические композиции.

- индивидуальные занятия: позволяют учитывать возрастные и индивидуальные особенности каждого ученика, развивать его уникальные способности и творческое мышление.

- индивидуально-групповая форма: смешанная форма занятий, сочетающая групповую работу с элементами индивидуальной работы с отдельными учащимися. В ходе таких занятий педагог уделяет внимание отдельным ученикам, давая индивидуальные задания и рекомендации, при этом остальная группа продолжает заниматься под общим руководством. Это позволяет обеспечить максимальный охват и эффективность занятий.

Занятия проводятся как раздельно по половому признаку (девочки и мальчики занимаются отдельно), так и совместно. Постановочно-репетиционные занятия проводятся согласно специальному графику, включая:

- постановочные репетиции новых танцевальных номеров;
- сводные репетиции, объединяющие отдельные группы для совместной работы над массовыми номерами;
- отдельные репетиции номеров с детальной отработкой отдельных частей постановок.
- генеральные репетиции, полностью воспроизводящиеся репетиции, имитирующие условия реального выступления.

Такая структура занятий обеспечивает комплексное развитие каждого ученика и готовит ансамбль к успешным выступлениям и конкурсам.

Формы организации учебного занятия:

- учебное занятие: основное средство приобретения теоретических знаний и практических навыков;

занятие в ансамбле: работа в составе ансамбля для формирования навыков взаимодействия и синхронности;

- открытое занятие с присутствием родителей: открытые занятия, где родители могут наблюдать за успехами детей;

- репетиция: подготовка к выступлениям, доведение номеров до совершенства;

- концерт: подведение итогов обучения, выступление перед зрителями;

- конкурсы, викторины, защита проектов, познавательные игры: формы активизации интереса к предмету, стимулируют развитие творческих способностей и интереса к теоретическим дисциплинам;

- творческая встреча: встреча с известными деятелями искусства, опытными мастерами и художниками;

- мастер-класс: интенсивное обучение под руководством опытного мастера;
- видео-занятие: просмотр и разбор видеозаписей знаменитых выступлений и постановок;
- класс-концерт: мини-спектакли, показательные выступления в учебном заведении;
- экскурсия: посещение театров, музеев, выставок, мест исторического и культурного наследия;
- посещение концертов, спектаклей, массовых мероприятий: установление тесных связей с культурной средой региона и города.

Педагогические технологии:

В основе программы лежит синтез классических и современных педагогических подходов, направленных на максимальное раскрытие потенциала каждого ученика.

- игровые технологии и арт-методы: ролевые игры, импровизация и интеграция других видов искусства (музыка, дизайн) для развития креативности и поддержания интереса к обучению;
- проектная деятельность: создание и защита авторских хореографических постановок, ключевой инструмент для развития самостоятельности, ответственности и организаторских навыков;
- кооперативное обучение: работа в парах и группах над общими задачами, развивает навыки командного взаимодействия, взаимопомощи и коммуникации;
- рефлексивные практики: самооценка, обсуждение успехов и трудностей, помогают учащимся анализировать свой прогресс и осознанно подходить к обучению;
- здоровьесберегающие технологии: обязательные разминки, дыхательные практики и психологическая разгрузка для профилактики травм и поддержания физической формы;
- цифровые инструменты: использование видеозаписей для анализа техники, создание электронных портфолио и презентаций для защиты проектов.

Алгоритм учебного занятия:

Учебное занятие строится по классической схеме «от простого к сложному» и включает в себя несколько обязательных этапов, обеспечивающих эффективность и безопасность учебного процесса.

Организационный момент и мотивация. Занятие начинается с приветствия и создания позитивного эмоционального фона. Педагог настраивает группу на работу, устанавливает доверительную атмосферу и озвучивает цели и задачи урока, мотивируя учащихся на достижение конкретных результатов.

Разминка (вводная часть). Обязательный этап, направленный на подготовку организма к физическим нагрузкам. Включает в себя суставную

гимнастику, разогрев мышц, упражнения на растяжку, развитие координации и общую танцевальную разминку для предотвращения травм.

Теоретическая часть (по необходимости). Краткий экскурс в тему занятия: объяснение новых терминов, разбор техники выполнения элементов, знакомство с историей или современными тенденциями в хореографии. Этот этап формирует теоретическую базу для последующей практики.

Основная (практическая) часть. Ядро занятия, посвященное освоению нового материала и закреплению пройденного. Включает разучивание танцевальных комбинаций, отработку техники, работу над чистотой исполнения и соединение элементов в связки.

Творческий блок (импровизация и постановка). Этап, направленный на развитие креативности и индивидуального стиля. Учащиеся выполняют задания на импровизацию, работают над созданием собственных хореографических миниатюр или репетируют номера в рамках проектной деятельности.

Рефлексия и подведение итогов. Завершающая часть, где происходит анализ проделанной работы. Обсуждаются достижения и трудности, учащиеся делятся впечатлениями и получают обратную связь от педагога.

Домашнее задание (по необходимости). Задания для самостоятельной работы: отработка конкретных элементов, подготовка к постановке или работа над творческим проектом.

Завершение занятия. Педагог благодарит группу за работу, отмечает успехи каждого ученика и прощается с классом.

Дидактические материалы. Для эффективного обучения и развития творческих способностей обучающихся программа обеспечена комплексом современных дидактических и методических материалов.

Учебно-методический комплекс:

Библиотека пособий по хореографии, ритмике и пластике.

Методические рекомендации для педагога по организации учебного процесса.

Визуальные таблицы и схемы танцевальных движений.

Медиаотека и фонотека:

Фонд фонограмм (от классики до современной музыки) для занятий и постановок.

Видеозаписи выступлений ведущих мировых коллективов и мастер-классов для анализа и вдохновения.

Документальные фильмы об истории и развитии танцевального искусства.

Рабочие материалы для учащихся:

Рабочие тетради с творческими заданиями для закрепления материала.

Бланки для самооценки, рефлексии и мониторинга личного прогресса.

Материально-техническая база для творчества:

Визуальные материалы (постеры, иллюстрации, образцы костюмов) для

погружения в атмосферу искусства.

Ресурсы и инструкции для реализации творческих проектов, включая создание костюмов и декораций.

2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца: Учебное пособие – Л.-М.: Искусство, 2013.
2. Блазис К. Полный учебник танца. // Классики хореографии. – М.-Л., 2017.
3. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб: ЛЮКСИ, РЕСПЕКС, 2008.
4. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2014.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 2022.
6. Годин М.А., Барамидзе А.М., Киселева Т.Г. Стретчинг. Подвижность, гибкость, элегантность. – М., 2019.
7. Захаров Р. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 2002.
8. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М., 2012.
9. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. – М.: Издательство МГУКИ, 2014.
10. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. Интегральная танцевально-двигательная терапия. – СПб: Речь, 2016.
11. Лопухов Л., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. – СПб: Лань, Планета музыки, 2007.
12. Матвеев В.Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца: Учебное пособие. – СПб: СПбГУП, 2009.
13. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития: Академия, 2000.
14. Музыка и хореография современного балета. / Сост. Г.Д. Кремшевская. – М.: Музыка, 2017.
15. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: ГИТИС, 2000.
16. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.
17. Попова Е.Я. Основы обучения дыханию в хореографии. – М.: Искусство, 2009.
18. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений СПО. – М.: Гуманит. изд. центр. Владос, 2003.

19. Стуколкина Н.М. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. – М.: Всероссийское театральное общество, 2018.
20. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений. – М., 2008.
21. Ткаченко Г.Т., Народный танец. – М., 2001.
22. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся. – М., 2012.
23. Устинова Т.А. Лексика русского танца. – М.: Редакция журнала Балет, 2006.
24. Хавилер Д.С. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Бахрушин Ю.А. История русского балета. – М., 2014.
2. Гульянц Е.И. Сказка о Золушке, балете и музыке. – М., 2002.
3. Гульянц Е.И. Три сказки. – М., 2003.
4. Еремина М. Роман с танцем. – М.: Танец, 2018.
5. Захаров Р. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 2001.
6. Касл К. Балет (детская энциклопедия). – М., 2001.
7. Курпан Ю.И. Оставайся изящной! – М., 2021.
8. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М., 2014.
9. Поэль К. Младшая муза. – М., 2015.
10. Секрет танца./Сост. Васильева Т.К. – СПб, 2007.
11. Школьников Л. О танцах в шутку и всерьез. – М., 2005.
12. Школьников Л. Рассказы о танцах. – М., 1996.
13. Юдина Е.И. Мой первый учебник по музыке и творчеству. – М., 2019.

Интернет источники

1. Официальный сайт Ассоциации педагогов-хореографов России: <https://aphr.ru/>
1. Журнал «Мир танца» (электронная версия): <https://www.mir-tantsa.ru/>
2. Национальный музей танца и балета (Санкт-Петербург, официальная страница): <http://dancemuseum.ru/>
3. Электронная библиотека Русского музея (раздел «Русский балет»): <https://rusmuseumvrm.ru/data/pages/dance.htm>
4. Сайт Всероссийского фестиваля детского и юношеского творчества «Русская мозаика»: <http://mosaikarussia.ru/>
5. Научная электронная библиотека eLibrary.ru (поиск по ключевым словам «хореография», «танец»): <https://elibrary.ru/querybox.asp>
6. Официальный портал Всероссийской федерации современного танца: <http://modern-dance.ru/>

Оценочный лист. Входная диагностика

Входная диагностика позволяет оценить начальный уровень развития обучающегося по ключевым физическим и творческим параметрам, что важно для индивидуального подхода и планирования дальнейшего обучения.

Критерий	Высокий уровень (3 балла)	Средний уровень (2 балла)	Низкий уровень (1 балл)
Знание частей тела	Чётко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа)	Знает названия частей тела	Не знает названия частей тела
Выворотность ног	Имеет природную выворотность ног	Легко стоит в 1-й полувыворотной позиции	Не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1-й полувыворотной позиции
Подъём стопы	Подъём стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму	Может натянуть стопу	Слабая стопа
Танцевальный шаг	Танцевальный шаг выше 90°	Танцевальный шаг 70–80°	Танцевальный шаг ниже 70°
Гибкость тела	Корпус свободно наклоняется вперёд, хорошая гибкость	Частичная складка или неточное выполнение перегиба назад	Не складывается к ногам или неправильное/опасное выполнение перегиба назад
Прыжок	Лёгкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы	Прыжок с приземлением на полупальцы	Прыжок низкий с приземлением на всю стопу
Координация движений	Безошибочно выполняет упражнения на координацию	Выполняет упражнение на координацию со второй попытки	Выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток

Музыкальный слух	Безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок	Безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка	Неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки
Эмоциональность	Без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики; эмоционален, артистичен; найденное решение соответствует задаче	Повторяет эмоции, затруднение вызывает 1–2 эмоциональных состояния; выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки выдаёт творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен	Для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: мало эмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации

Итоговая шкала оценки:

Высокий уровень — более 28 баллов.

Средний уровень — 18–27 баллов.

Низкий уровень — до 17 баллов.

Показатели и критерии оценивания предметных компетенций

Для оценки предметных компетенций обучающегося применяется комплексный подход, охватывающий как технические танцевальные навыки, так и теоретическую подготовку, а также творческое мышление.

Компетенция	3 балла (высокий уровень)	2 балла (средний уровень)	1 балл (низкий уровень)
Музыкально-ритмические навыки	Музыкально исполняет движения, отлично чувствует ритм и темп. Безошибочно вступает на нужную долю такта. Движения полностью сливаются с музыкой.	Исполняет движения ритмично, но допускает неточности при смене темпа. Иногда не совпадает с музыкой, реакция заторможена.	Слабо владеет ритмом. Движения не совпадают с музыкой, не может вступить вовремя.
Координация и пластичность	Отличная координация. Корпус подтянут, шаг четкий. Свободно и красиво выполняет сложные и пластичные движения.	Координирует простые движения, но ошибается в сложных комбинациях. Пластичность и осанка слабые.	Не координирует движения. Корпус наклонен, шаг неуверенный. Движения грубые и «деревянные».
Танцевальный шаг	Нога поднимается легко, выше 90°.	Нога поднимается «тяжело», ровно до 90°.	Нога поднимается с трудом, ниже 90° (недостаточная эластичность).
Техника исполнения	Полное и правильное выполнение упражнений. Свободно владеет пластикой и динамикой.	Допускает несущественные ошибки в координации и последовательности элементов.	Несогласованность движений, грубые ошибки в технике и последовательности.
Гибкость	Полная складка вперед к ногам (стоя/лежа).	Частичная складка или неточное выполнение	Не складывается к ногам или неправильное/опасное

	Грамотное выполнение перегиба назад.	перегиба назад.	выполнение перегиба назад.
Самостоятельность мышления	Умеет воплощать свои идеи через художественные образы, создавать уникальные этюды.	Умеет составлять танцевальные этюды по заданной структуре или образцу.	Умеет составлять только простые танцевальные комбинации из разученных элементов.
Знание истории хореографии	Знает основные этапы развития искусства, легко отвечает на дополнительные вопросы.	Знает основные этапы развития искусства, но без глубоких деталей.	Поверхностные знания, затрудняется с ответами на уточняющие вопросы.
Танцевальная терминология	Дает точные определения элементам и поясняет технику их выполнения без ошибок.	Дает определения, но допускает неточности в пояснении техники.	Дает определения, но затрудняется пояснить технику выполнения элементов.
Эмоционально-художественная выразительность	Проявляет высокую эмоциональную включенность в образ. Ярко выражает эмоции через мимику и жесты. Ненасытная потребность в искусстве.	Распознает эмоции, выражает свое состояние, включается в образ. Есть устойчивая потребность в искусстве.	Замечает эмоции других, но сам выражает их слабо. Не проникает вглубь образа, потребность в искусстве эпизодическая.

Критерии оценивания предметных компетенций

Оценка проводится по 3-балльной шкале:

3 балла — высокий уровень (владеет в полной мере);

2 балла — средний уровень (владеет частично, есть недочеты);

1 балл — низкий уровень (не владеет, требуется доработка).

Мониторинг личностных и метапредметных результатов

Оценка личностных качеств, воспитанности и универсальных навыков (метапредметных компетенций) проводится на основе наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе занятий, репетиций и публичных выступлений.

№	Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии оценки (описание уровней)	Методы диагностики
1	Профессиональная воспитанность и этика		
1.1	Этика и эстетика выполнения работы (завершение работы, использование дополнений)	3 балла: всегда полностью завершает работу, использует необходимые дополнения (костюм, реквизит, свет); 2 балла: завершает работу, но не всегда использует дополнения; 1 балл): редко доводит работу до конца	Наблюдение, анализ результата
1.2	Культура организации своей деятельности (аккуратность, терпение, работоспособность)	3 балла: аккуратен, терпелив, проявляет высокую работоспособность; 2 балла: Проявляет терпение и работоспособность; 1 балл: низкий уровень работоспособности	Наблюдение
1.3	Уважительное отношение к чужой деятельности (объективность критики)	3 балла: объективен при оценке чужой работы, подчеркивает положительные моменты; 2 балла: старается быть объективным; 1 балл: не объективен, критикует без оснований	Наблюдение (анализ высказываний)
1.4	Адекватность восприятия критики (реакция на советы педагога)	3 балла: всегда исправляет ошибки, прислушивается к советам; 2 балла: стремится исправить ошибки; 1 балл: не прислушивается к советам	Наблюдение
2	Социально-коммуникативные навыки		
2.1	Коллективная ответственность (аккуратность в общей работе)	3 балла: всегда аккуратен при выполнении своей части коллективной работы; 2 балла: старается быть аккуратным; 1 балл: не аккуратен, подводит команду	Наблюдение

Интерпретация результатов

Шкала оценивания:

Минимальный уровень — 1 балл.

Средний уровень — 2 балла.

Максимальный уровень — 3 балла.

Уровень сформированности личностных и метапредметных компетенций (по блоку «Профессиональная воспитанность»):

0–7 баллов: низкий уровень;

8–14 баллов: средний уровень;

15–21 балл: высокий уровень.

Общий уровень освоения программы: оценивается комплексно по предметным и метапредметным результатам.

3–18 баллов: низкий уровень;

19–35 баллов: средний уровень;

36–51 балл: высокий уровень.

**Показатели и критерии оценивания
деятельностной активности**

Критерий	Высокий уровень (3 балла)	Средний уровень (2 балла)	Низкий уровень (1 балл)
Участие в концертах, фестивалях	Активное и регулярное участие в качестве исполнителя. Демонстрирует на сцене высокий уровень исполнительского мастерства, артистизм и эмоциональную выразительность	Участвует в мероприятиях, но исполняет роль в массовых номерах. Проявляет на сцене недостаточную уверенность или артистизм	Участвует эпизодически или только в качестве зрителя/помощника. Отсутствует опыт сценического выступления
Участие в конкурсах	Является участником или призёром (лауреатом) конкурсов и фестивалей соответствующего уровня. Демонстрирует высокий уровень подготовки и конкурентоспособности	Участвует в конкурсах, но не занимает призовых мест. Проявляет недостаточную сценическую устойчивость или имеет недочёты в исполнении	Не имеет опыта участия в конкурсах. Отсутствует мотивация к соревновательной деятельности

Интерпретация результатов

3 балла — демонстрируют высокий уровень активности и исполнительского мастерства на публике.

2 балла — проявляют активность, но есть потенциал для роста в сценическом мастерстве и конкурентоспособности.

1 балл — низкая активность, требуется развитие мотивации и сценического опыта.