



муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Центр дополнительного образования «Лад»

Утверждена на заседании
протокол № _____ от 22.09.2016 г.

Директор

Т.А. Хаценок



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «Я ТАНЦУЮ»

ОБЪЕДИНЕНИЕ «ДВИЖЕНИЕ ПЛЮС»

Срок реализации – 3 года,
возраст учащихся – 6-12 лет

Составитель:

Косяченко Е.Ю.,

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории



г. Новосибирск

Дополнительная общеобразовательная программа «Я танцую» направлена на творческий поиск, позволяющий одновременно осуществлять воспитание, обучение, оздоровление. Занимаясь по программе «Я танцую» ребенок учится познавать окружающий мир и себя в этом мире. Она дает воспитанникам и педагогу возможность избрать свободный путь познания хореографического искусства. Хореографическое искусство способствует воспитанию силы воли, коммуникабельности, раскрытию творческого потенциала, помогают развить целеустремленность, организованность и трудолюбие, обогащают двигательный опыт ребенка, совершенствуют моторику, развивают функции головного мозга в процессе физических упражнений и ориентирована на развитие личности ребёнка; поддержание физического и психического здоровья; на развитие мотивации к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Программа соответствует требованиям к содержанию и оформлению дополнительных общеобразовательных программ дополнительного образования детей, предполагает реализацию основных положений концепции художественного образования в Российской Федерации. Курс предназначен на три года обучения, для воспитания и развития детей 6-12 лет в условиях образовательных учреждений дополнительного образования, общеобразовательных учреждениях различных типов, реализующих программы дополнительного образования детей.

Содержание

Пояснительная записка	4
Учебный план.....	7
Общее содержание базовых тем по разделам программы	7
Учебно-тематическое планирование первого года обучения	9
Учебно-тематическое планирование второго года обучения.....	12
Учебно-тематическое планирование третьего года обучения	15
Методическое обеспечение программы.....	19
Список литературы	21
Приложения.....	22

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму питания, труду, отдыху.

Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества»

В.А.Сухомлинский

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Я танцую» ориентирована на развитие личности ребёнка; поддержание физического и психического здоровья; на развитие мотивации к продолжению образования и профессиональному самоопределению. Модернизация современного образования ориентирует дополнительное образование на поиск и апробацию инноваций в педагогической сфере, на решение проблемы повышения качества образования, сохранения и укрепления здоровья учащихся в период их обучения. Основными направлениями развития образования является поддержка и развитие разнообразных форм оздоровительной работы в образовательных учреждениях по укреплению здоровья детей, снижению заболеваемости и повышению выносливости детского организма. Одной из таких форм является танец - это универсальное средство поддержания здоровья.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально организованное движение. Актуальность хореографии в современном мире обусловлена потребностью в движении, генетически заложенной в человеческом организме и обусловленной всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Занимаясь танцами, ребенок учится познавать окружающий мир и себя в этом мире, хореографическое искусство способствует воспитанию силы воли, коммуникабельности, раскрытию творческого потенциала, помогают развить целеустремленность, организованность и трудолюбие, обогащают двигательный опыт ребенка, совершенствуют моторику, развивают функции головного мозга в процессе физических упражнений.

Актуальность. Программа направлена на творческий поиск, позволяющий одновременно осуществлять воспитание, обучение, оздоровление.

Новизна программы заключается в *интеграционном подходе* к построению содержания образования, позволяющем обеспечить общее эстетическое, духовно-нравственное и физическое развитие ребенка средствами синтеза музыки, физических упражнений, хореографии и фантазии, а также возможности развития у детей чувства ритма, музыкального такта, умения слушать музыку и откликаться на нее красивыми движениями тела. Применение обозначенного подхода сводится к более близкому педагогическому сотрудничеству с учащимися и их родителями, к открытию перед учащимися глубокого знания о здоровом образе жизни. При этом физическая активность выступает как обязательное условие нормального функционирования организма человека, поэтому данная программа позволяет наглядно увидеть, как теоретические сведения о здоровье сочетаются с практическими действиями во время занятий хореографией, а правильное питание и физические упражнения помогают каждому ребёнку создать свой собственный режим, который становится неотъемлемой частью его жизни.

Педагогическая целесообразность программы заключается в творческой самореализации ребенка. Она дает воспитанникам и педагогу возможность избрать свободный путь познания хореографического искусства. Активизация и развитие творческих способностей детей являются неотъемлемой частью образовательного процесса. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни.

Программа разработана:

- с учётом требований приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. № 1008;
- «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», направленным письмом Министерства образования науки Российской Федерации от 18.11.2015г.;
- на основе Требований к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (утв. на заседании научно-методического совета по дополнительному образованию детей Минобрнауки России 18.06.2003 [Письмо №28-02-484/16; приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерства образования науки России от 11.12.2006г.]);
- с учётом приоритетных направлений НОИ «Наша новая школа»; основных положений Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (ФГОС) (утв. приказом №393 Минобрнауки от 06.10.2009 г.); Концепции художественного образования в Российской Федерации (утв. 26.11.2001г. Министром культуры РФ М.Е. Швыдким и Министром образования РФ В.М. Филипповым. Приказ от 28.12.2001 №1403); Концепции поли художественного развития школьников (профессор Б.П. Юсов, НИИ художественного воспитания АПК и ПРО);
- с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта общего образования к результатам освоения основной образовательной программы (утв. Министерство образования и науки РФ).

Цель: формирование основ хореографической культуры, эстетическое воспитание и оздоровление учащихся средствами хореографического искусства.

Планируемые результаты реализации дополнительной общеобразовательной программы

Результаты обучения:

- способен к получению знаний о танце, как об одном из видов искусства, танцевальной музыке, танцевальных жанрах и их специфических особенностях, о танцевальной культуре, танцевальном этикете;
- способен применять знания о методах оздоровления и применения их в повседневной жизни;
- способен обладать начальными навыками в искусстве танца;
- способен самостоятельно изучать основы истории хореографии, музыкальной грамоты; классического танца, народно- сценического танца;
- способен правильно передавать движение и красиво двигаться в танце и повседневной жизни;
- способен правильно исполнять танцевальные этюды, элементы современных танцев;

– способен самостоятельно оценивать танец, рассматривая его как художественное произведение, отражающие чувства, мысли национальную специфику и социальный характер, составлять композиции в ритме современных танцев и обоснованно анализировать их художественные достоинства.

Результаты развития:

– способен индивидуально развивать – личностные позиции, ценностные установки, раскрывающих отношение к труду, систему норм и правил межличностного общения, обеспечивать успешность совместной деятельности;

– способен развить выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений;

– способен освоить и развить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность, выразительность, гибкость;

– способен познавать и развивать интерес к новому виду творчества;

– способен к преобразованию анализировать художественные особенности танцев (единство содержания и формы, логичность композиции, соответствие музыки и хореографии);

– готов к развитию художественно-образного, эстетического типа мышления, формированию целостного восприятия мира.

– способен содействовать развитию, творческого мышления, воображения, фантазии, внимания, памяти, пространственного мышления, музыкально-ритмических, творческих и организаторских способностей.

Результаты воспитания:

– готов быть интеллектуально активным, умеет обращаться со сверстниками и взрослыми, вести себя на занятиях и общественных местах;

– готов проявлять способность к самоопределению, нравственному восприятию окружающего мира и навыкам социальной адаптации;

– соблюдает элементарные правила здорового образа жизни, осознано относится к своему здоровью, к саморегуляции деятельности и поведения;

– готов проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями, проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижениях целей;

– владеет социально и личностно значимыми качествами, индивидуально-личностными позициями, ценностными установками, раскрывающих отношению к труду, системой норм и правил межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности;

– готов проявлять фантазию, воображение, художественный вкус, интуицию, память;

– способен осуществлять интеллектуальное, культурное, нравственное и профессиональное саморазвитие и самоусовершенствование, повышать свою квалификацию и мастерство.

Отличительная особенность программы «Я танцую» в том, что в её реализации используются современные педагогические технологии: здоровьесберегающие, игровые, технологии сотрудничества и проектной деятельности для развития творческого потенциала учащихся и их личностного и профессионального самоопределения. Получив возможность осваивать импровизации, учащийся избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются двигательные привычки в повседневной жизни, появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

В основе развивающихся потребностей лежат те, которые принес ребенок из дошкольного детства. Сохраняется потребность в игре. Поэтому в первое время пребывания на занятиях существенным фактором для пробуждения интереса к обучению, для облегчения

сложной учебной деятельности является введение игровой ситуации, использование различных видов игр. Остается сильной потребностью в движении развиваются новые духовные потребности. Особо значима для дальнейшего развития личности младшего школьника потребность овладеть знаниями, умениями, навыками, проникать в их сущность. Под влиянием новой ведущей деятельности у младших школьников формируется более устойчивая структура мотивов, в которой мотивы учебной деятельности становятся ведущими. Одни из них возникают в процессе обучения и связаны с содержанием и формами учебной деятельности, другие лежат за пределами учебного процесса (социальные мотивы - хорошо работать, после окончания школы поступить в институт и т.д. и личные – стремление к собственному благополучию). К 9 годам значимым фактором, стимулирующим успешное обучение, становится мнение коллектива. Это происходит потому, что у учащегося появляются свои интересы, своя сфера отношений со сверстниками. Вот почему положительные или отрицательные мотивы обучения во многом зависят от настроения коллектива. Особо следует выделить и подчеркнуть значимость интереса к самому процессу познания. Проявление такого интереса у ребенка означает его постоянную познавательную активность без всяких специальных стимулов к 10-12 годам развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В детских объединениях этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

Срок реализации программы, формы и режим занятий.

Программа рассчитана на три года обучения и ориентирована на разновозрастное обучение детей. В хореографическое объединение принимаются физически здоровые дети, проявляющие интерес к искусству хореографии в возрасте от 6-12 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных. Состав учащихся в объединении не более 15 человек. По мере их продвижения по программе они объединяются в возрастные группы.

1 год обучения 4 часа в неделю; **итого 144 часа**

2 год обучения 5 часов в неделю; **итого 180 часов**

3 год обучения 6 часов в неделю; **итого 216 часов**

Программа варьируется с учётом количества часов для проработки отдельных тем, которая может быть сокращена или дополнена другими необходимыми темами или разделами в зависимости от целей, задач и возрастных особенностей ребёнка.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название разделов	1 год		2 год		3 год	
		теория	практ.	теория	практ.	теория	практ.
1	Введение	1	1	1	1	1	1
2	Жизнь, танец, движение	2	2	2	6	2	6
2.1	Будем знакомы	1	1	1	3	1	3
2.2	Дружный танец	1	1	1	3	1	3
3	Азбука музыкального движения	6	10	6	18	6	24
3.1	Мелодия и движение	1	2	1	3	1	4
3.2	Музыкальный темп	1	2	1	3	1	5

3.3	Музыкальные размеры	1	1	1	3	1	3
3.4	Контрасты музыки	1	2	1	3	1	3
3.5	Такт, затакт	1	1	1	3	1	4
3.6	Построение	1	2	1	3	1	5
4	Красота и здоровье	2	12	2	14	2	14
5	Азбука танцевального движения	8	32	8	36	8	40
5.1	Элементы классического танца.	4	16	4	18	4	20
5.2	Элементы народного танца.	4	16	4	18	4	20
6	Ритмопластика	6	26	4	30	6	40
6.1	Портерная гимнастика	2	10	2	10	2	14
6.2	Танцевально - образная импровизация	2	8	1	10	2	12
6.3	Танцевальные этюды	2	8	1	10	2	14
7	Танцующие волшебники	-	24	-	40		54
8	Итоговое занятие	6	6	6	6	6	6
Всего:		31	113	29	115	28	116
ИТОГО		144 ч.		180 ч.		216 ч.	

ОБЩЕЕ СОДЕРЖАНИЕ БАЗОВЫХ ТЕМ ПО РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ

1. Жизнь, танец, движение. Общее знакомство детей с искусством танца. Коммуникативный танец – это танец с простыми, легкими, игровыми компонентами, который вызывает у детей массу положительных эмоций, что способствует развитию не только музыкально-ритмических способностей, но и коммуникативных навыков. Коммуникативный танец – состоит из несложных танцевальных движений (бег, скольжение, притоп, хлопки), включающих элементы невербального общения и импровизации, направленных на формирование и развитие взаимоотношений с партнерами и группой. Музыкальные фрагменты повторяются несколько раз, дети легко осваивают форму и могут предвидеть каждую новую или повторяющуюся часть. Взаимодействие помогает ребенку ориентироваться в пространстве, познавать себя, сверстников, узнавать о культуре различных стран, понимать отличие характера и традиций в танце.

2. Азбука музыкального движения помогает учащимся научиться согласовывать свои действия с музыкой. Двигаться соответственно темпу, ритму и характеру музыки, ознакомление детей с основными музыкальными понятиями: такт, затакт, музыкальный темп, контрасты музыки, темп.

3. Красота и здоровье. Приобщение детей к ведению здорового образа жизни. Ознакомление с влиянием на здоровье питания, закаливания, привычек, дыхательной гимнастики, фитопрофилактики, а также народные и семейные традиции.

4. Азбука танцевального движения: в раздел входят элементы классического и народного танцев: шаги, позиции ног, рук. Изучается лексика классического и народного танцев.

5. Ритмопластика (партерная гимнастика, танцевально - образная импровизация, танцевальные этюды).

Партерная гимнастика – это совокупность физических упражнений, специально подобранных и ориентированных на общее развитие организма. Она дает учащимся первоначальную хореографическую подготовку, развитие природных физических данных,

формирует основные двигательные качества и навыки, которые в дальнейшем помогут им серьезно заниматься танцами.

Цель партерной гимнастики – укрепление связочного аппарата ребёнка и создание мышечного корсета.

Игры – миниатюры, игры – импровизации направлены на развитие актерского мастерства учащихся.

6. Танцующие волшебники. Беседы о концертных выступлениях, вмещающих в себя сведения о значимости концертов и творческих мероприятий. Значение зрителя в зале, умение вести себя на сцене и за кулисами. Просмотр выступлений других детских и взрослых коллективов. Формирование умения работать в паре и в «ансамбле». Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Активизация и развитие творческих способностей.

7. Итоговые и контрольные занятия: открытое занятие, концертное выступление.

Программой предусмотрены отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в хореографическом коллективе границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы разных разделов общеобразовательной программы. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Модель выпускника

Знает:

- основные хореографические термины;
- основные музыкальные понятия: темп, ритм, размер, такт, затакт, характер музыки;
- хореографические упражнения в соответствии с программой;
- о танцевальных жанрах и их специфических особенностях;
- о генетической связи народного, бального и театрального танца;
- о средствах исполнительской выразительности;
- элементарные правила здорового образа жизни и знания о методах оздоровления и применения их в повседневной жизни.

Умеет:

- индивидуально развивать – личностные позиции, ценностные установки, раскрывающих отношение к труду, систему норм и правил межличностного общения, обеспечивать успешность совместной деятельности;
- проявлять положительные качества личности дисциплинированности, трудолюбия и управлять своими эмоциями;
- правильно выполнять упражнение в соответствии с хореографической постановкой корпуса, рук, ног;
- передавать пластически эмоциональный характер музыки;
- свободно ориентироваться на сценической площадке;
- применять знания по здоровьесбережению в повседневной жизни.

Владеет навыками:

- выразительности танца (рук, лица, позы);
- чувства ритма общей музыкальности;
- интеллектуальной активности;
- восприятия окружающего мира;
- дыхательных упражнений;
- актёрского исполнительского мастерства.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты реализации:

результаты обучения:

- способен к познанию первоначальной хореографической подготовки и музыкальной грамотности;
- способен научиться взаимодействовать, сотрудничать друг с другом и взрослыми в процессе решения творческих задач, принимать решения и отвечать за собственные действия и поступки;
- готов расширять кругозор в области хореографического искусства.

результаты развития:

- способен к развитию памяти, внимания, творческого мышления, художественно-эстетического вкуса;
- способен освоить и развить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность, выразительность, гибкость;
- способен познавать и развивать интерес к новому виду творчества.

результаты воспитания:

- способен проявлять уважение к культуре и традициям своей страны и других народов;
- готов самостоятельно проявлять познавательные интересы и активность в области танцевальной деятельности;
- готов терпимо относиться к чужому мнению и отстаивать свое;
- владеет представлениями о здоровом образе жизни.

№ п/п	Название разделов	Общее кол-во часов	
		теория	практика
1	Введение (2 ч)	1	1
2	Жизнь, танец, движение (4 ч)	2	2
2.1	Будем знакомы	1	1
2.2	Дружный танец	1	1
3	Азбука музыкального движения (16 ч)	6	10
3.1	Мелодия и движение	1	2
3.2	Музыкальный темп	1	2
3.3	Музыкальные размеры	1	1
3.4	Контрасты музыки	1	2
3.5	Такт, затакт	1	1
3.6	Построение	1	2
4	Красота и здоровье (14 ч)	2	12
5	Азбука танцевального движения (40 ч)	8	32
5.1	Элементы классического танца.	4	16
5.2	Элементы народного танца.	4	16
6	Ритмопластика (32 ч)	6	26
6.1	Портерная гимнастика	2	10
6.2	Танцевально - образная импровизация	2	8
6.3	Танцевальные этюды	2	8
7	Танцующие волшебники (24 ч)		24
8	Итоговые и контрольные занятия (12 часов)	6	6

Прогнозируемые результаты обучения:**учащиеся знают:**

- музыкальные жанры (марш, песня, танец), темп, характер, музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4), длительность и ритмический рисунок;
- характер музыкального исполнения (плавно - отрывисто, изящно - грубо, легко - тяжело, уверенно - робко, бодро - вяло);
- о графическом рисунке танца (движение по линии против линии, геометрической точности рисунка, роли центра и интервала в формировании рисунка);
- о факторах, влияющих на здоровье, как отрицательных, так и положительных.

умеют:

- правильно исполнять программные движения в танце;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- музыкально исполнять выученные движения и танцы;
- оценивать выразительность друг друга;
- находить исполнительские средства выразительности в других, применять "находки" в собственном исполнении;
- координировать движения;
- свободно (ненапряженно) держать голову, корпус, руки в позах, грамотно переводить руки из одного положения в другое;
- ориентироваться в пространстве;
- применять знания по здоровьесбережению в повседневной жизни.

владеют:

- навыками уважения к культуре и традициям своей страны и других народов;
- самостоятельностью в проявлении познавательных интересов и активностью в области танцевальной деятельности;
- собственной оценкой к чужому мнению и умению отстаивать свое;
- владеет представлениями о здоровом образе жизни.

Содержание базовых тем первого года обучения**Тема 1: Введение (2 часа)**

Теория: введение в дополнительную общеобразовательную программу «Я танцую». Знакомство с детьми. Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду (форма одежды купальник, юбочка, балетные тапочки, волосы убраны в узел; майка, шорты у мальчиков). Правила поведения и распорядок в учреждении, в танцевальном зале, сведения по технике безопасности.

Тема 2: Жизнь, танец, движение (4 часа)

Теория: общее понятие об искусстве танца. Беседа «Чтобы танец был красивым».

Практика: коммуникативные игры: «Здравствуй, говори», «Плетень», «Раз, два, три». Коммуникативные танцы «Танец с хлопками», «Танец – приглашение», «Змейка с воротцами», «Башмачки». Просмотр видеоматериалов с записью танцевальных номеров. В игровой форме знакомство с понятием «танец», центр танцевального зала, рисунок танца (прямые горизонтальные и вертикальные линии, круг). Освоение танцевального поклона.

Тема 3: Азбука музыкального движения (16 часов)

Теория: основные музыкальные понятия: такт, затакт, музыкальный темп, размер, ритм, контрасты музыки, темп. Мелодия и движение, музыкальный темп, музыкальные размеры, контрасты музыки, такт, затакт, построение.

Практика: музыкальные игры, упражнения, отражающие в движении характер, динамические оттенки музыки: «Музыкальная змейка», «Три цветка». Игры на построение: «Машинки», «Паровозик», «Заселяем домик».

Тема 4: Красота и здоровье (14 часов)

Теория: факторы, влияющие на здоровье (как положительные, так и отрицательные). Беседа: «Правильное питание залог здоровья». Просмотр видеофильма «Дом, где мы живем».

Практика: игровые упражнения на дыхание и расслабление мышц: «Трубач», «Насос», «Шарики»; «Маленький гномик», «Облако», «Шалтай-болтай». Элементы лечебной физкультуры.

Тема 5: Азбука танцевального движения (40 часов)

Теория: лексика классического и народного танцев. Понятия «Классический танец», «Народный танец». Элементы классического и народного танца. Разнообразие русских народных танцев. Сюжеты и темы: «хоровод». Основные элементарные позиции рук и ног, постановка корпуса, головы. Понятие «красота» в применении к искусству танца. Беседа с показом видеоматериала о балете.

Практика: изучение подготовительной I, II, III позиций рук; изучение I, II, III, IV позиций ног. Plie у станка, battement tendu, releve, адажио на 45 градусов. Прыжки по 1 позиции. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги. Основные движения русских народных танцев: «ковырялочка», «гармошка», «хлопушки», «присядки». Оттачивание умения стучать об пол четко, отрывисто, легко. Удары полной стопой, каблуком, носком, в медленном, умеренном и быстром темпе, в продвижении. Русский шаг с каблука; припадание, «бегунок»; дробь с подскоком. Присядки в продвижении в сторону: присядка с «ковырялочкой», с «хлопушкой», с опусканием ноги на каблук.

Тема 6: Ритмопластика (32 часов)

Теория: элементы партерной гимнастики, понятие танцевальной импровизации, танцевального этюда. Понятие отдельных технических движений: подъем ноги, стопа, пальцы, пах, поясница, пресс. Название и особенности движений на полу. Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц, необходимость терпения.

Практика: упражнения для развития и укрепления стопы. Упражнения для формирования выворотности стоп («Жучок»), для формирования правильной осанки и развития мышц спины («Куколки», «Бабочка», «Складочка»), для подвижности мышц тазобедренного и коленных суставов «Неваляшки».

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Игры – миниатюры, игры – импровизации: «Фигуры перед зеркалом», «Море и рыбки». Этюды: «Танец девочек и зайчиков», «Веселая пляска». «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Веревочки».

Тема 7: Танцующие волшебники (24 часов)

Практика: постановка и отработка танцевальных номеров. Репетиционная работа.

Тема 8: Итоговые и контрольные занятия (12 часов)

Практика: повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты реализации:

результаты обучения:

- способен понимать специфические особенности танцевальных жанров (вальс, полька, полонез) и структуру музыкальной пьесы (вступление, части, заключение);
- способен к получению знаний о танце, как об одном из видов искусства, танцевальной музыке, танцевальных жанрах и их специфических особенностях, о танцевальной культуре, танцевальном этикете;
- способен применять знания о методах оздоровления и применения их в повседневной жизни;
- способен обладать начальными навыками в искусстве танца;
- способен анализировать танцевальную музыку разных народов и ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- способен понимать сущность и значение информации о пользе и вреде привычек.

результаты развития:

- способен оценивать выразительность исполнения;
- способен индивидуально развивать – личностные позиции, ценностные установки, раскрывающих отношение к труду, систему норм и правил межличностного общения, обеспечивать успешность совместной деятельности;
- способен развить выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений.

результаты воспитания:

- способен самостоятельно работать при выполнении практических и творческих работ;
- готов быть интеллектуально активным, умеет обращаться со сверстниками и взрослыми, вести себя на занятиях и общественных местах;
- готов проявлять способность к самоопределению, нравственному восприятию окружающего мира и навыкам социальной адаптации;
- соблюдает элементарные правила здорового образа жизни, осознано относится к своему здоровью, к саморегуляции деятельности и поведения;
- готов проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями, проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижениях целей.

№ п/п	Название разделов	Общее кол-во часов	
		Теория	Практика
1	Введение (2ч)	1	1
2	Жизнь, танец, движение(4ч)	2	6
2.1	Будем знакомы	1	3
2.2	Дружный танец	1	3
3	Азбука музыкального движения (24 ч)	6	18
3.1	Мелодия и движение	1	3
3.2	Музыкальный темп	1	3
3.3	Музыкальные размеры	1	3
3.4	Контрасты музыки	1	3
3.5	Такт, затакт	1	3
3.6	Построение	1	3
4	Красота и здоровье (16ч)	2	14
5	Азбука танцевального движения (44 ч)	8	36

5.1	Элементы классического танца.	4	18
5.2	Элементы народного танца.	4	18
6	Ритмопластика (34ч)	4	30
6.1	Портерная гимнастика	2	10
6.2	Танцевально - образная импровизация	1	10
6.3	Танцевальные этюды	1	10
7	Танцующие волшебники (40 ч)		40
8	Итоговые и контрольные занятия (12часов)	6	6
ИТОГО 180 часов		29	151

Прогнозируемые результаты обучения:

учащиеся знают:

– об особенностях танцевальных жанров (вальс, полька, полонез), характер движения, мелодия;

– о структуре музыкальной пьесы (вступление, части, трио, заключение).

умеют:

– различать на слух вальс, польку по их специфическим особенностям;

– определять характер танца и его частей, подбирая наиболее точные определения;

– анализировать музыку с точки зрения темпа, характера, музыкального размера;

– выделять структуру музыкального произведения, отмечая смену частей и фраз;

– отсчитывать такты;

– прохлопывать наиболее типичную для танцевального жанра ритмическую фигуру;

– держать корпус, голову в позах, естественно и легко переводить руки;

– геометрически точно строить графический рисунок танца;

– обнаруживать свои ошибки при выполнении учебных заданий и отбора способов их исправления;

– осознавать опасность для жизни и здоровья вредных привычек.

владеют навыками:

– выразительности танца (рук, лица, позы);

– чувства ритма общей музыкальности;

– интеллектуальной активности;

– восприятия окружающего мира;

– дыхательных упражнений;

– личной гигиены.

Содержание базовых тем второго года обучения

Тема 1: Введение (2 часа)

Теория: введение в дополнительную общеобразовательную программу «Я танцую», что мы будем изучать на 2 году обучения. Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду (форма одежды купальник, юбочка, балетные тапочки, волосы убраны в узел; майка, шорты у мальчиков). Повторение правил поведения и распорядка в учреждении, в танцевальном зале. Техника безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях.

Тема 2: Жизнь, танец, движение (4 часа)

Теория: знакомство детей с танцами народов мира. Беседа «Танцевальная планета». Беседы по истории традиций и обрядов. Значение знаний о культуре других стран.

Практика: коммуникативные игры «Поздоровайтесь», «Здравствуйте», «Замри». Коммуникативные танцы «Дружные пары», «Алый платочек», «Задорная полька». Просмотр видеоматериалов с записью танцевальных номеров. В игровой форме знакомство с понятием «центр танцевального зала», рисунок танца (прямые горизонтальные и вертикальные линии, круг). Освоение танцевального поклона.

Тема 3: Азбука музыкального движения (24 часов)

Теория: ознакомление детей с основными музыкальными понятиями (мелодия и движение, музыкальный темп). Мелодия и движение, музыкальный темп, музыкальные размеры, контрасты музыки, такт, затакт, построение

Практика: игры, направленные на развитие музыкального слуха, чувства ритма: «Рисунок танца», «Нитка – иголка», «Музыкальное эхо», «Угадай, кто идет», «Игра с дождем».

Тема 4: Красота и здоровье (16 часов)

Теория: беседа: «Что такое привычки».

Практика: инсценировка сказки «О том, как медведь начал курить». Игровые упражнения на дыхание и расслабление: «Дирижер», «Качели», «Нырлящик за жемчугом». Элементы лечебной физкультуры. Факторы, влияющие на здоровье (как положительные, так и отрицательные). Беседа: «Правильное питание залог здоровья». Просмотр видеофильма «Дом, где мы живем».

Тема 5: Азбука танцевального движения (44 часов)

Теория: изучение лексики классического и народного танцев. Рассказ о хореографических училищах и школах, о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений. Беседы на этические и эстетические темы. Усложненные элементы классического и народного танца.

Практика: развитие элементарных навыков координации движений, с помощью разнообразия работы рук и ног у станка. Plie соединяем с port de bras; tendu в сочетании с plie, jete, pike. Изучение с руками port de bras (первое) и (второе). Изучение новых позиций ног III и V, применением их в движении. Отработка положений ног sur le cou-de-pied и passe для последующего использования в движениях: adagio pas de bourree (подготовка к пируэтам). Исполнение прыжков по I, II и III позиций. Новые прыжки, такие как pas echarpe (с двух на две ноги), changement de pieds, с поджатыми ногами. Совершенствование исполнения «полочки», подскоков и галопа. Усовершенствование исполнения дробей; двойные дроби, дроби в продвижении; присядок и вращений: бегунок, «поджатие». «Веребочка» комбинируется с другими движениями: притопы, ковырялочка, переступания. Изучение простейших движений из белорусских танцев: «крыжачок», «лявониха»; из украинских танцев: «гопак», «ползунец».

Тема 6: Ритмопластика (34 часов)

Теория: изучение видов импровизации (которые: вписываются в ритм, соответствуют стилю танца, украшают, повышают выразительность танца), видов танцевальных этюдов (на развитие техники исполнения; на композиционный рисунок; на актёрское мастерство; на пластику).

Практика: игры – миниатюры, игры – превращения: «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Веребочки». Игры – импровизации: «Птицы», «Жучки». Свободная импровизация. Этюды: «Танец с лентами», «Кадриль», «Танец со снежками». Поднятие ног по ступеням с исполнением на каждой ступени разнообразных движений: «ножницы», дуговые движения стопой, вытягивание и сокращение подъема. Продолжение развития гибкости спины при исполнении «лодочки», «мостика», «колечка». Упражнения для развития гибкости, развития растяжки, упражнения для позвоночника.

Тема 7: Танцующие волшебники (40 часов)

Практика: Постановка и отработка танцевальных номеров. Репетиционная работа.

Тема 8: Итоговые и контрольные занятия (12 часов)

Теория: обобщение теоретических знаний. Повторение изученного материала.

Практика: подготовка к отчетному концерту.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты реализации:

результаты обучения:

- способен самостоятельно изучать основы истории хореографии, музыкальной грамоты; классического танца, народно- сценического танца;
- способен правильно передавать движение и красиво двигаться в танце и повседневной жизни;
- способен правильно исполнять танцевальные этюды, элементы современных танцев;
- готов к изучению хореографической лексики;
- способен самостоятельно оценивать танец, рассматривая его как художественное произведение, отражающие чувства, мысли национальную специфику и социальный характер, составлять композиции в ритме современных танцев и обоснованно анализировать их художественные достоинства.

результаты развития:

- способен к преобразованию анализировать художественные особенности танцев (единство содержания и формы, логичность композиции, соответствие музыки и хореографии);
- готов к развитию художественно-образного, эстетического типа мышления, формированию целостного восприятия мира;
- способен координировать движения рук, ног и головы в умеренном и быстром темпе;
- способен грамотно исполнять танцы и танцевальные движения по программе;
- способен содействовать развитию, творческого мышления, воображения, фантазии, внимания, памяти, пространственного мышления, музыкально-ритмических, творческих и организаторских способностей.

результаты воспитания:

- владеет социально и личностно значимыми качествами, индивидуально-личностными позициями, ценностными установками, раскрывающих отношению к труду, системой норм и правил межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности;
- готов проявлять фантазию, воображение, художественный вкус, интуицию, память;
- способен оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;
- владеет информацией в сфере сохранения и укрепления здоровья;
- способен осуществлять интеллектуальное, культурное, нравственное и профессиональное саморазвитие и самоусовершенствование, повышать свою квалификацию и мастерство.

№ п/п	Название разделов	Общее кол-во часов	
		Теория	Практика
1	Введение (2ч)	1	1
2	Жизнь, танец, движение(8 ч)	2	6

2.1	Будем знакомы	1	3
2.2	Дружный танец	1	3
3	Азбука музыкального движения (30 ч)	6	24
3.1	Мелодия и движение	1	4
3.2	Музыкальный темп	1	5
3.3	Музыкальные размеры	1	3
3.4	Контрасты музыки	1	3
3.5	Такт, затакт	1	4
3.6	Построение	1	5
4	Красота и здоровье (16 ч)	2	14
5	Азбука танцевального движения (48 ч)	8	40
5.1	Элементы классического танца.	4	20
5.2	Элементы народного танца.	4	20
6	Ритмопластика (46 ч)	6	40
6.1	Портерная гимнастика	2	14
6.2	Танцевально - образная импровизация	2	12
6.3	Танцевальные этюды	2	14
7	Танцующие волшебники (54 ч)		54
8	Итоговые и контрольные занятия (12 часов)	6	6
ИТОГО 216 часа		31	185

Прогнозируемые результаты обучения:

учащиеся знают:

- о танцевальных жанрах и их специфических особенностях;
- о генетической связи народного, бального и театрального танца;
- о средствах исполнительской выразительности;
- основы истории хореографии, музыкальной грамоты; классического танца, народно-сценического танца;
- хореографическую лексику;
- оценку исполнения танца, рассматривая его как художественное произведение, отражающие чувства, мысли национальную специфику и социальный характер;
- правила исполнения движений, структуру и ритмическую раскладку;
- о средствах фитопрофилактики.

умеют:

- грамотно исполнять выученные движения и танцы;
- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления;
- координировать движения рук, ног, головы в умеренном и быстром темпе;
- согласовывать движения в танцах в быстром темпе, синхронно использовать движения в паре или танце;
- анализировать старинную и танцевальную музыку;
- выразительно исполнять движения и танцы;
- передавать контрастность характера (плавность в сочетании с четкостью и остротой);
- составлять композиции в ритме современных танцев и обоснованно анализировать их художественные достоинства;
- оценивать выразительность исполнения;

- различать выразительные средства в передаче характера;
- соблюдать правила личной гигиены.

владеют:

- социально и личностно значимыми качествами, индивидуально-личностными позициями, ценностными установками, раскрывающих отношению к труду, системой норм и правил межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности;
- эстетически-нравственным восприятием;
- аккуратностью, целеустремленностью в достижении поставленной цели;
- умением работать в коллективе.
- Основными хореографическими упражнениями по программе обучения;
- информацией в сфере сохранения и укрепления здоровья.

Содержание базовых тем третьего года обучения

Тема 1: Введение (2 часа)

Теория: Введение в дополнительную общеобразовательную программу «Я танцую», что мы будем изучать на 3 году обучения. Требования к внешнему виду (форма одежды, внешний вид). Повторение правил поведения и распорядка в учреждении, в танцевальном зале. Техника безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях. Беседа «Оказание первой медицинской помощи».

Практика: Освоение танцевального поклона. Игровой тренинг «Спаси друга» по оказанию первой медицинской помощи в различных ситуациях.

Тема 2: Жизнь, танец, движение (8 часа)

Теория: Правила этикета на балу. Беседа: «Как танцевали в старину».

Практика: Коммуникативные игры: «Змейка с воротцами», «Звероловы и звери». Песенка – игра «Санки». Просмотр видеоматериалов с записью старинных танцев. Коммуникативные танцы: «Дружные пары», «Алый платочек», «Задорная полька».

Тема 3: Азбука музыкального движения (30 часов)

Теория: Ознакомление детей с основными музыкальными понятиями (мелодия и движение, музыкальный темп, ритм, музыкальный размер).

Практика: Игры, направленные на развитие музыкального слуха, чувства ритма: «Рисунок танца», «Музыкальное эхо», «Угадай, кто идет», «Игра с дождем», «Рисуем музыку».

Тема 4: Красота и здоровье (16 часов)

Теория: Беседа: «Растения на страже здоровья».

Практика: Просмотр иллюстраций с лекарственными растениями. Дыхательная гимнастика. Игровые упражнения на дыхание и расслабление: «Дыхание», «Листопад», «Лесная азбука». Элементы лечебной физкультуры.

Тема 5: Азбука танцевального движения (48 часов)

Элементы классического и народного танца.

Теория: Изучение лексики классического и народного танцев. Рассказ о прекрасной, но очень сложной профессии артиста балета. Беседа «Русские умельцы».

Практика: Дальнейшее изучение движений классического экзерсиса у станка и на середине, развитие технических навыков исполнения. Отработка: *rond de jambe par terre*, *fondu*, *adagio*, *frappes*. Исполнение движений *plie*, *tendu*, *jete* с добавлением рук и корпуса. Прыжки *echarpe* и *changement de pied* исполняем также в сочетании с руками. Просмотр иллюстраций и видеоматериала произведений народных умельцев, где раскрывается вся красота и величие культуры русского народа. Изучение движений и их разнообразных вариаций. Усложнение движений, их соединение между собой, умение перейти от одного движения к другому.

Отработка исполнения учащимися небольших вариаций из танцев. Выполнение простых движений: «ковырялочка», «гармошка», «дробь», «присядки», «бегунки», «хлопушки» в продвижении в разных направлениях с одновременным движением рук, корпуса, головы. Отработка полных поворотов и вспомогательных движений в начале или в конце исполнения: притопы, перескоки, подскоки. Усложнение «веревочки» и «дробей», с помощью двойных ударов стопой. «Танцевальные комплексы: «Русский перепляс», «Кадриль», «Полька с хлопками».

Тема 6: Ритмопластика (46 часов)

Теория: Изучение видов импровизации, которые: вписываются в ритм, соответствуют стилю танца, украшают, повышают выразительность танца. Изучение видов танцевальных этюдов (на развитие техники исполнения; на композиционный рисунок; на актёрское мастерство; на пластику).

Практика: Использование разных жизненных ситуаций в небольших этюдах, отработка умений показа переживаемых чувств внешними средствами. Игры – миниатюры: «Цветочек», «Веревочки». Свободная импровизация, сочинение элементов танца. Игры – импровизации: «Звероловы и звери», «Жучки». Этюды: «Танец с лентами», «Плавный хоровод», «Веселая кадриль», «Танец со снежками». Увеличение количества некоторых упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечка», «шпагатов». Во время исполнения боковых «шпагатов» применение складывания к ногам, во время прямого шпагата – складка вперед. Отработка при растяжении паховой выворотности: «лягушки» на животе с прогибом назад.

Тема 7: Танцующие волшебники (54 часов)

Практика: Постановка и отработка танцевальных номеров. Репетиционная работа по плану.

Тема 8: Итоговые и контрольные занятия (12 часов)

Теория: Обобщение теоретических знаний. Повторение изученного материала.

Практика. Подготовка к отчетному концерту.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

У каждой группы первого, второго, и третьего года обучения свой темп и тематический план занятий по программе, который предполагает определенный минимум знаний, умений навыков и сведений о хореографии и здоровьезбережении в соответствии с возрастными особенностями детей. Работа в коллективе состоится таким образом, чтобы не нарушать целостности педагогического процесса, учитывая тренировочные цели, задачи художественно эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива. Концептуальные основы программы «Я танцую» строятся на идеях развивающего обучения Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова, И.А. Якиманской, Л.В. Занкова, предполагающих реализацию гуманитарно-личностного и рефлексивно-деятельностного подходов в образовательном процессе, а также на основе следующих принципов:

- принцип ориентации на потребности общества и личности учащегося;
- принцип личностно-ориентированного воспитания, в основе которого лежит признание личности ребёнка высшей социальной ценностью (принятие таким, какой он есть);
- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся при включении их в творческую деятельность;
- принцип сотрудничества и единства требования (отношения с воспитанниками строятся на доброжелательности и доверительной основе);

– принцип компетентностного подхода, направленный на формирование культурного, самостоятельного человека с активной жизненной позицией, способного к творческому саморазвитию;

– принцип гуманизации и гуманитаризации, преследующий правильную ориентацию ребёнка в системе ценностей, включение его в диалог разных культур, духовно- нравственное становление;

– интеграции на уровне синтез языковых средств и видов деятельности в области ритмики, хореографии, музыки, пластики, сценического движения, здоровьезбережения.

Раздел программы «Красота и здоровье» способствует формированию основ культуры здорового и безопасного образа жизни. Основы здорового образа жизни закладываются в семье. Главное, чтобы пример семьи был позитивным, а позиция всех ее членов по отношению к здоровью – конструктивной.

Взаимосвязь работы с родителями предполагает:

1. Беседы о здоровье:

- «Профилактика нарушений зрения»;
- «Об отношениях с окружающими»;
- «Движение для здоровья»;
- «О правильном питании»;
- «Ребенок и компьютер»;
- «Физическое и психическое развитие младших подростков»;
- «Гигиена детей на занятиях по хореографии»;
- «Влияние вредных привычек членов семьи на здоровье детей»;
- «Семейные традиции».

2. Консультации.

3. Оформление информационных стендов и методических разработок.

4. Совместные мероприятия и участия в конкурсах.

В основе этих форм лежат одобрительные отношения к инициативе родителей.

Методы обучения.

Наглядный: показ упражнений, исполнение одновременно с педагогом.

Словесный: устное пояснение требований к исполнению движений.

Занятие-практика: отработка упражнений, тренировки.

Материально-техническое обеспечение программы.

1. Зал, оснащенный зеркалами и хореографический станок

2. Специальная обувь для учащихся.

3. Репетиционная форма.

4. Аудио - система

5. Фонотека.

Механизм оценки результатов:

1. Анкетирование учащихся и их родителей.

2. Анализ тестовых заданий для учащихся в игровой форме.

3. Контрольные занятия, на которых отслеживаются теоретические знания и практические навыки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагогов:

1. Александрова Н.А., В.А. Голубева «Танец модерн». Лань, Планета музыки 2011г.
2. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. – 2000. - №2. – С. 23.
3. Барышникова Т.Б. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «Люксы», «Респекс», 1996-256 с.
4. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого (мемуары). М.: «Балет», 2007.
5. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. - М.: МГПИ, 2008. - 222 с.
6. Белкина В.Н., Васильева Н.Н. Дошкольник: обучение и развитие. Воспитателям и родителям. – Ярославль, 1998. – 174 с.
7. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе // Справочник руководителя образовательного учреждения. - 2005. - №10. - С. 84-92.
8. Борева Ю.Б. Эстетика в 2-х т. – Смоленск: 5-е изд., Русич, 2006.
9. Блэйер Фредерика. «Айседора. Портрет женщины и актрисы». Смоленск: «Русич», 2011.
10. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. - 2004. - № 1. - С. 114-117.
11. Волошина Л. Будущий воспитатель и культура здоровья // До13. Дронов А.А. Профилактика и коррекция плоскостопия // Начальная школа. - 2005. - № 12 – С. 55.
12. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность - М.: Академия, - 2000г. - 624с.
13. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения // Школа. - 2005. - №3. - С. 52-87.
14. Казаковцева Т.С, Косолапова ТЛ. К вопросу zdravotворческой деятельности в образовательных учреждениях // Начальная школа. – 2006. - № 4. - С. 68.
15. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006. - № 6. - С. 56.
16. Наборщикова С. «Видеть музыку, слышать танец. Стравинский и Баланчин. К проблеме музыкально-хореографического синтеза», Московская государственная консерватория им. Чайковского, 2010г.
17. Стюарт Отис. «Рудольф Нуриев. Вечное движение». Смоленск: «Русич», 2001. 3. Франк С.Л. Духовные основы общества. Смысл жизни. Свет во тьме. – М., 2008.
18. Фомин А.С. Танец в системе воспитания и образования: в 4 т.: учебное пособие. Т.1: Природа, теория и функции танца/ А.С. Фомин; науч. Ред. О.В. Ендронов; Новосиб. Гос. Пед. Ун-т – Новосибирск: Новосиб. Полиграфкомбинат, 2005 – 624 с.
19. Шарова Н.И. Детский танец – Санкт – Петербург: Лань: Планета музыки, 2011. 64с, 2010.

Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»

(текст анкеты, разработанной М.А. Смирновой)

1. Как Вы оцениваете состояние здоровья своего ребенка?
 - а) хорошее
 - б) нормальное
 - в) плохое
2. Как часто Вы проверяете состояние здоровья своего ребенка?
 - а) раз в месяц
 - б) раз в полгода
 - в) раз в год
 - г) в этом нет необходимости
3. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?
 - а) постоянно
 - б) часто
 - в) очень редко
 - г) не занимаюсь
4. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?
 - а) постоянно
 - б) часто
 - в) очень редко
 - г) не занимается
5. Как Вы относитесь к употреблению спиртных напитков?
 - а) считаю недопустимым
 - б) возможно умеренное употребление во время праздников
 - в) это недопустимо в присутствии ребёнка
 - г) не считаю это проблемой
6. Как Вы относитесь к курению?
 - а) это вредная привычка
 - б) это недопустимо в присутствии ребёнка
 - в) не считаю это проблемой
7. Считаете ли Вы свое питание рациональным?
 - а) да
 - б) отчасти
 - в) нет
 - г) затрудняюсь ответить
8. Считаете ли Вы питание своего ребенка рациональным?
 - а) да
 - б) отчасти
 - в) нет
 - г) затрудняюсь ответить
9. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?
 - а) на море
 - б) дома
 - в) в санатории
 - г) в деревне
 - д) другое

10. Как Ваши дети проводят досуг?

- а) у бабушки
- б) гуляют во дворе
- в) смотрят телевизор
- г) с друзьями

12. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?

- а) да
- б) нет
- в) затрудняюсь ответить

13. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

- а) из специальных книг
- б) из средств информации
- в) из беседы с
- г) в школе

14. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?

- а) да
- б) затрудняюсь ответить

15. Если прививаете, то, каким образом?

- а) с помощью бесед
- б) личным примером
- в) совместно

Анкета для родителей
«Возможности ЦДО «Лад» в развитии Вашего ребенка»

Уважаемые родители!

Ваш ребенок занимается в учреждении дополнительного образования.

Выберите, какой результат занятий является для Вас самым важным.

- желание ребенка заниматься любимым делом;
- желание развивать способность ребенка;
- желание дать ребенку разностороннее образование;
- желание занять свободное время ребенка;
- желание найти ребенку друзей;
- надежда на то, что занятия в «ЦДО «Лад» помогут ребенку в учебе;
- желание подготовить ребенка к выбору профессии;
- надежда на то, что занятия в «ЦДО «Лад» помогут исправить недостатки ребенка;
- желание дополнить основное образование ребенка;

другие варианты

Методика «Цветовой тест отношений»

Цель: методика предназначена для изучения эмоционального отношения ребенка к нравственным нормам.

Описание теста: для проведения ЦТО нужен лист белой бумаги (А4, 210 x 297 мм) и 8 карточек разного цвета (синяя, зеленая, красная, желтая, фиолетовая, коричневая, черная, серая). Исследование проводится индивидуально. Перед ребенком раскладывают на белой бумаге восемь цветных карточек в произвольном порядке.

Инструкция к тесту:

"Представь себе, что это волшебный дом с волшебными окошками. В нем живут разные люди. Я буду называть тебе людей, а ты сам выберешь, кто где будет жить. Договорились? Хорошо! В каком окошке живут добрые люди? А ленивые? "

Далее называется весь список понятий. Желательно чередовать положительные и отрицательные (но не парные) нравственные качества. Например: добрый, ленивый, щедрый, лживый (обманщик), трудолюбивый... и т. д. При этом цвета могут повторяться, т. е. ребенок может выбрать один и тот же цвет на разные понятия.

Примечание: В протоколе фиксируется цвет, который был выбран для каждого понятия, и комментарии ребенка.

Обработка результатов теста.

При анализе результатов необходимо соотнести цвет, присвоенный каждому понятию, и эмоциональное значение этого цвета.

Ниже приводится краткая характеристика каждого цвета, его эмоционально-психологическое значение:

- Синий: добросовестный, спокойный, несколько холодный.
- Зеленый: самостоятельный, настойчивый, иногда упрямый, напряженный.
- Красный: дружелюбный, общительный, энергичный, уверенный, раздражительный.
- Желтый: очень активный, открытый, общительный, веселый.
- Фиолетовый: беспокойный, эмоционально напряженный, имеющий потребность в душевном контакте.
- Коричневый: зависимый, чувствительный, расслабленный.
- Черный: молчаливый, эгоистичный, враждебный, отвергаемый.
- Серый: вялый, пассивный, неуверенный, безразличный.

Опыт показывает, что дети дошкольного возраста обычно выбирают:

Добрый - желтый и красный цвета. Другими словами, дети считают, что добрый человек общительный, дружелюбный, открытый.

Злой - черный цвет. Пожалуй, комментарии здесь излишни - ведь этот цвет отражает эгоистичность, враждебность, отвержение.

Честный - желтый, фиолетовый и красный цвета. То есть для детей данное понятие ассоциируется с такими характеристиками, как потребность в душевном контакте, общительность, открытость, дружелюбность.

Лживый - черный цвет. Дети не случайно выбирают этот цвет, поскольку он ассоциируется с такими личностными характеристиками, как упрямство, враждебность, эгоистичность. При этом дети почти не выбирают красный и желтый цвета, то есть обманщик не воспринимается ими как открытый, общительный, дружелюбный, отзывчивый человек, с чем трудно не согласиться.

Щедрый - красный и фиолетовый цвета. Необходимо отметить, что для дошкольника щедрость является очень сложным понятием, отношение к нему достаточно противоречивое.

Ребенок знает, что щедрым быть хорошо, но отдать свое, поделиться ему трудно. Особенно это заметно у детей до 5 лет: они нередко выбирают даже черный цвет. Дети старшего дошкольного возраста (5-7 лет) уже не выбирают черный и коричневый цвета, тем самым относя это качество к положительным, хотя отношение остается неопределенным. И только в младшем школьном возрасте становится возможным выделение определенных цветов.

Жадный - красный и черный цвета. То есть дети считают его решительным, сильным, может, даже агрессивным, враждебным.

Трудолюбивый - фиолетовый и желтый цвета. Другими словами, трудолюбивый человек очень активен, энергичен, готов к активным действиям, может быть суетлив.

Ленивый - коричневый, серый, синий цвет. То есть дети справедливо считают ленивого человека слабым, не вовлеченным в дело, вялым, пассивным, а также холодным.

Методика «Цветовой тест отношений» (ЦТО) (из книги "Диагностика эмоционально-нравственного развития." Ред. и сост. И.Б.Дерманова. 2002г)

Темперамент ребенка

Ответьте на следующие вопросы.

1. Как ведет себя ребенок в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

- а) Легко включается в работу.
- б) Активно действует.
- в) Действует спокойно, без лишних слов.
- г) Действует робко, неуверенно.

2. Как реагирует ребенок на замечания воспитателя?

а) Говорит, что больше так делать не будет, но через некоторое время делает то же самое.

- б) Не слушает и поступает по-своему, бурно реагирует на замечания.
- в) Выслушивает молча.
- г) Молчит, обижен, переживает.

3. Как разговаривает ребенок с другими детьми в значимых для него ситуациях

- а) Быстро, с жаром, но прислушивается к высказываниям других.
- б) Быстро, со страстью, других не слушает.
- в) Медленно, спокойно, но уверенно.
- г) С большой неуверенностью.

4. Как ведет себя в непривычной обстановке (в кабинете врача, заведующего и др.)?

- а) Легко ориентируется, проявляет активность.
- б) Активен, проявляет повышенную возбудимость.
- в) Спокойно, рассматривает окружающее.
- г) Робок, растерян.

Ключ.

Если преобладают ответы "а", вы имеете дело с сангвиническим типом;

если "б" - с холерическим;

если "в" - с флегматическим;

если "г" - с меланхолическим типом темперамента

Творческий потенциал ребенка

Ответьте на следующие вопросы "да" или "нет". За каждый положительный ответ поставьте "1 балл", за каждый отрицательный - "0 баллов".

1. Случается ли ребенку находить необычное применение какому-либо предмету?
2. Меняет ли он свои наклонности?
3. Любит ли рисовать абстрактные картины?
4. Любит ли рисовать воображаемые предметы?
5. Любит ли фантастические истории?
6. Сочиняет ли рассказы или стихи?
7. Любит ли вырезать затейливые фигурки из бумаги?
8. Сделал ли когда-нибудь то, чего не знал или то, чего не существует?
9. Бывает ли у него желание что-то переделать на свой вкус?
10. Боится ли темноты?
11. Изобрел ли когда-нибудь новое слово?
12. Считал ли это слово понятным без разъяснения?
13. Пробовал ли переставлять мебель по своему разумению?
14. Был ли удачен этот замысел?
15. Использовал ли когда-нибудь вещь не по ее назначению?
16. Мог ли ваш ребенок, будучи совсем маленьким, отгадывать назначение разных предметов?
17. Предпочитает ли в выборе одежды свой вкус вашему?
18. Есть ли у него свой внутренний мир, недоступный окружающим?
19. Ищет ли объяснения тому, чего еще не понимает?
20. Часто ли просит объяснить окружающие его явления?
21. Любит ли читать книжки без иллюстраций?
22. Изобретает ли собственные игры и развлечения?
23. Помнит и рассказывает ли свои сны или пережитые впечатления?

Суммируйте баллы.

Результаты теста:

От 20 до 23 баллов. Ребенок очень сообразителен, способен иметь собственную точку зрения на окружающее, и следует помогать ему в этом. Все задатки творческой личности.

От 15 до 19 баллов. Ребенок не всегда обнаруживает свои способности, он находчив и сообразителен, лишь когда чем-нибудь заинтересован. Помогайте ему добиваться успеха в интересующей его области.

От 9 до 14 баллов. Большая сообразительность, достаточная для многих областей знаний, где не обязателен собственный взгляд на вещи. Но для занятий творчеством многого не хватает.

От 4 до 8 баллов. Большая сообразительность, достаточная для многих областей знаний, где не обязателен собственный взгляд на вещи. Но для занятий творчеством многого не хватает.

Менее 4 баллов. Ребенку не хватает изобретательности, но он может достичь успеха как хороший исполнитель, даже в сложных профессиях.

Тест «фантазер»

Понаблюдайте за ребенком и дайте ответы на следующие вопросы:

1. Как часто ваш ребенок перевоплощается и играет разные роли?
 - а) очень часто — 1;
 - б) иногда — 2;
 - в) практически никогда — 3.
2. Каким подаркам ваш кроха наверняка будет рад?
 - а) любит сюрпризы — 1;
 - б) тем, которые сам просит купить — 2;
 - в) те игрушки и вещи, которые видел у других детей — 3.
3. Насколько часто ваш ребенок придумывает небылицы, описывает вымышленные приключения о себе или о ком-то другом?
 - а) никогда — 3;
 - б) часто — 1;
 - в) иногда — 2.
4. Как часто малыш ведет беседу со своими игрушками?
 - а) часто — 1;
 - б) иногда — 2;
 - в) очень редко — 3.
5. Если ваш ребенок приглашает вас в игру, как он это обычно делает?
 - а) предложит присоединиться к своему сценарию игры — 1;
 - б) предложит подумать вместе над тем, как и во что играть — 2;
 - в) предложит вам придумать для него новую игру — 3.
6. Как ваш ребенок играет в игру дочки-матери (или какой-нибудь аналог сюжетно-ролевой игры)?
 - а) его «взрослые игры» не похожи на реальный мир — 1;
 - б) ведет себя так, как и подобает родителям, но придумывает свои «изюминки» в воспитательном процессе — 2;
 - в) полностью подражает родителям или другим взрослым — 3.
7. Пофантазируйте немного и спросите у ребенка, какими будут машины или одежда лет через сто? Что он ответит?
 - а) не знаю — 3;
 - б) ничего не изменится — 2;
 - в) очень изменятся (далее обычно следует подробное описание чудо-техники) — 1.
8. Если вы спросите у малыша «Что тебе снилось?», что услышите в ответ?
 - а) «ничего» или «не помню» — 3;
 - б) не описывает деталей, рассказывает без увлеченности — 2;
 - в) охотно поделится своими «полетами» во сне, приукрашивая рассказ выдумками — 1.
9. Если вы подарили малышу конструктор и вместе что-то строите, на что он ориентируется?
 - а) ему не важен образец, он сам все придумывает — 1;
 - б) конструирует только при наличии образца — 3;
 - в) начинает сооружать то, что уже хорошо умеет делать — 2.
10. Допустим, вы вместе смотрите мультфильм. Если попросить малыша придумать финал, каковы будут его прогнозы?
 - а) охотно предложит свой вариант развития событий — 1;

- б) пытается что-то придумать, но выходит далеко не «голливудский» сюжет © — 2;
- в) вообще отказывается от вашего предложения — 3.

11. Если вчера ваш малыш услышал интересную историю, как он будет ее рассказывать сегодня?

- а) передаст ее очень точно — 3;
- б) вплетает в историю кое-что новое — 2;
- в) украшает рассказ интересными деталями — 1.

12. Любит ли он изображать животных или героев из мультфильмов?

- а) часто — 1;
- б) иногда — 2;
- в) почти никогда — 3.

13. Какому карнавальному костюму ваш ребенок отдаст предпочтение?

- а) придумает что-то необычное — 1;
- б) будет «зайцем», «волком» или другой зверушкой — 2;
- в) остановится на любимом герое сказки — 3.

Подведем итоги

Вам нужно провести простые арифметические действия и подсчитать количество баллов.

Если вы набрали 31—39 баллов

Ваш малыш не любит неожиданностей и сюрпризов. Он острожен, предпочитает стабильность, новизна его пугает. Фантазии выводят за рамки привычного, поэтому лучше сидеть ниже травы, тише воды. Он предпочитает выполнить указания, сделать что-то по образцу, чем придумать свое «ноу-хау». Развивайте его воображение!

Если вы набрали 22—30 баллов

Ваш малыш крепко стоит на земле, хотя и в облаках полетать способен. В нем есть практический ум и мечтательность. Как раз то, что нужно! Он хороший наблюдатель и изобретатель.

Если вы набрали 13-21 балл

Ваш кроха живет в вымышленном фантастическом мире. У него необычайно богатое воображение, от которого он получает не только пользу и удовольствие, но и вред. Учите малыша жить на Земле, но при этом не забывать о звездах.

Тест «путешествие»

Это известный психологический тест. Он интересен тем, что подходит детям самых разных возрастов. Да и взрослым будет полезно пройти этот тест и узнать много нового о себе. А заключается он в следующем.

Пригласите ребенка в путешествие. Не обязательно отправляться в заморские страны, можно представить сказочную прогулку по лесу. Текст может быть импровизационным, не надо заучивать его наизусть. Но в нем есть своя структура, несколько обязательных ключевых моментов. На них мы обратим внимание, когда будем расшифровывать символику теста.

Общая рекомендация. Произносите текст без эмоций и оценочных интонаций, спокойно и тихо. Не ожидайте только позитива от этого «путешествия». Ведь вам важно выяснить причины страхов и неуверенности малыша (если таковые имеются), изучить его психическую реальность. У ребенка не должно возникать никаких ассоциаций с вашим голосом, каких-либо установок и оценок. Хорошо, если тест проведет кто-то, с кем у ребенка менее эмоциональная связь. Малыш должен находиться в расслабленном состоянии, ему желательно лечь и закрыть глаза.

Текст: «Представь себе, что ты отправился на прогулку по лесу. Какой это лес? Много ли в нем солнца? Там тихо? Или шумит дождь, дует ветер? Какое сейчас время года в лесу? Весна? Лето? Осень или зима? Ты один в лесу или с тобой кто-то гуляет?

Вот показалась лесная поляна. А дальше родник. Ты хочешь из него напиться?

Вдруг на поляну выскочил зверь. Что это за животное? Что оно делает? А как ты себя ведешь с этим животным?

Затем ты увидел перед собой реку. Что ты будешь делать? Будешь переправляться через нее? Как ты это сделаешь?

На другой стороне реки, на опушке леса, стоит избушка. Ты пойдешь к ней? Когда ты подошел ближе к домику, то увидел дверь. Как она выглядит? На двери висит табличка с надписью. Там написано твое имя. Ты увидел табличку?

И вот ты вошел в дом. Что там внутри? Там светло? Как он выглядит? Сколько в нем комнат? Какие они? В какую комнату ты пойдешь сначала? Есть в этом домике и подвал. Ты туда спустишься? Опиши, что там находится. Есть здесь и чердак. Ты поднимешься на него? Что ты там видишь?

Затем ты оставил домик и пошел по дорожке. Но перед тобой забор. Как ты переберешься через него?

Ты снова идешь по тропинке. И вдруг перед тобой открылось море. Ты видишь чаек? Как они летают? Что делают?

И вот ты увидел корабль. Он далеко или близко от берега? Ты хочешь на него попасть? Как ты это сделаешь?

Вот наше путешествие и подошло к концу. Ты можешь мягко открыть глаза. Мы дома. Теперь расскажи, что ты видел? Тебе понравилось?»

Расшифровка символов

Лес и прогулка. Это отношение к жизни, доверие или недоверие людям и обстоятельствам. Чувствует ли ребенок себя в безопасности среди «джунглей» жизни?

Родник. Источник всего нового.

Зверь. Образ того, как ребенок воспринимает других людей. Это хищники или безобидные милые зверьки? Обратите внимание, как малыш идет на контакт: подходит сам или напряженно ждет, когда приблизятся к нему?

Река, стена и забор. Это символы препятствий. У каждого свои способы их преодоления или ухода от них.

Дом. Этот образ ассоциируется с семьей, взаимоотношениями с близкими. Если в избушке темно и неуютно, это говорит о дискомфорте малыша в стенах родного дома.

Подвал. Это наше подсознание, кладовка, куда мы складываем свои болезненные и неприятные чувства и мысли. Если ребенок смело спустился в подвал, значит, его подсознание не слишком «захламлено» и не отравляет ему жизнь. Если он боится туда войти, значит, есть табу и страхи.

Чердак. Это запас знаний, умений, навыков, которыми ребенок владеет. Если на чердаке светло, везде порядок, значит, малыш познает мир легко.

Чайки. Эти птицы символизируют родственников. Насколько спокойно они себя ведут?

Корабль. У многих народов мира корабль является образом мечты, устремлений в будущее. Если ваш малыш ясно и четко увидел свой корабль, подробно описал, как он выглядит, это хороший знак: он знает, куда идет и чего хочет. Обратите внимание, каким способом малыш будет добираться к своей «мечте». Сколько вариантов он назовет?

Учебно-тематическое планирование второго года обучения

(4 часа в неделю, 144 часа в год)

№ п/п	Название разделов	Общее кол-во часов	
		Теория	Практика
1	Введение (2 ч)	1	1
2	Жизнь, танец, движение (4 ч)	2	2
2.1	Будем знакомы	1	1
2.2	Дружный танец	1	1
3	Азбука музыкального движения (16 ч)	6	10
3.1	Мелодия и движение	1	2
3.2	Музыкальный темп	1	2
3.3	Музыкальные размеры	1	1
3.4	Контрасты музыки	1	2
3.5	Такт, затакт	1	1
3.6	Построение	1	2
4	Красота и здоровье (14 ч)	2	12
5	Азбука танцевального движения (40 ч)	8	32
5.1	Элементы классического танца.	4	16
5.2	Элементы народного танца.	4	16
6	Ритмопластика (32 ч)	4	26
6.1	Портерная гимнастика	2	10
6.2	Танцевально - образная импровизация	1	8
6.3	Танцевальные этюды	1	8
7	Танцующие волшебники (24 ч)		26
8	Итоговые и контрольные занятия (12 часов)	6	6
ИТОГО 144 часа		29	115

Учебно-тематическое планирование третьего года обучения
(4 часа в неделю, 144 часа в год)

<i>№ п/п</i>	<i>Название разделов</i>	<i>Общее кол-во часов</i>	
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1	Введение (2 ч)	1	1
2	Жизнь, танец, движение (4 ч)	2	2
2.1	Будем знакомы	1	1
2.2	Дружный танец	1	1
3	Азбука музыкального движения (16 ч)	6	9
3.1	Мелодия и движение	1	2
3.2	Музыкальный темп	1	2
3.3	Музыкальные размеры	1	1
3.4	Контрасты музыки	1	1
3.5	Такт, затакт	1	1
3.6	Построение	1	2
4	Красота и здоровье (14 ч)	2	10
5	Азбука танцевального движения (40 ч)	8	32
5.1	Элементы классического танца.	4	16
5.2	Элементы народного танца.	4	16
6	Ритмопластика (32 ч)	3	26
6.1	Портерная гимнастика	1	10
6.2	Танцевально - образная импровизация	1	8
6.3	Танцевальные этюды	1	8
7	Танцующие волшебники (24 ч)		30
8	Итоговые и контрольные занятия (12 часов)	6	6
ИТОГО 144 часа		28	116