



Муниципальное автономное образовательное  
учреждение дополнительного образования  
Детско-юношеский центр «Звёздочка» г. Томска

Принята на заседании методического  
совета  
от «23 » августа 2022 г.

Утверждаю:  
Директор МАОУ ДО  
ДЮЦ «Звёздочка» г. Томска

Протокол № 11

«23» августа 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности**

*«Калейдоскоп»*

Возраст учащихся: 4-6 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Лисс Светлана Борисовна –  
педагог дополнительного образования

г. Томск, 2022

# І. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1 Пояснительная записка

**Направленность программы:** социально-гуманитарная, художественная. Направлена на социальную адаптацию, повышение уровня готовности учащихся к взаимодействию с окружающими, на развитие художественно-эстетического вкуса.

**Актуальность.** Человек - единый, целостный организм, в котором все взаимосвязано. Если нарушен один из компонентов, страдают остальные, в большей или меньшей степени. Как же дать возможность детям расти здоровыми и разносторонне развитыми, быть крепкими физически и эмоционально? Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо к воспитанию и обучению ребенка-дошкольника подойти комплексно. Любой вид деятельности ребенка должен включать развитие умственных, психических, физических сторон личности. Особенно успешно это можно достичь на занятиях эстетического цикла: театрализованных играх, рисовании, пении, и, конечно, на занятиях хореографии.

На занятиях хореографией малышу предоставляется возможность освободиться от накопившейся энергии и получить положительный эмоциональный заряд. М.В.Бехтерев считал, что с помощью музыкально-ритмических упражнений, можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Благодаря включению в занятия музыкотерапии и пластикотерапии можно регулировать нервные и мышечные движения. Ребенку-дошкольнику необходимо больше двигаться, это даст ему чувство удовлетворения, гамму положительных эмоций.

В психологии проблема реализации своих потенций в плане движений существует со времен Э.Райха. Методики Галины Юоновой (Чехия, 1929 г.), Анны Вернон (США, 1983 г.) “Рационально-эмоциональное воспитание” были направлены на развитие эмоциональной сферы личности, через образы, игру и релаксацию. В России в начале XX века крупной величиной в области хореографии, пластики, гармонической и ритмической гимнастики были Э.Робенок (Книппер) и ее ученица Л.Алексеева. Ключом к созданию полезной и увлекательной гимнастики является “игровой метод” проведения занятий. Л.Алексеева утверждает: “преподаватель должен быть режиссером радости, важен его психологический контакт с детьми, необходимо чтобы упражнения превращались в маленькое произведение искусства».

В последнее время для дошкольников все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания: ритмо-лого-пластика, игровой стретчинг, ритмика, различные оздоровительно – развивающие методики. Каждое из направлений, интересно и эффективно по-своему. Доступность их основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы.

Опыт выше перечисленных авторов, опыт педагогов по дошкольному воспитанию, авторов программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» Ж.Е.Фирилевой, Е.Г.Сайкиной, собственные наблюдения и опыт позволили разработать *модифицированную* программу “Калейдоскоп”.

### **Педагогическая целесообразность**

В результате освоения программы ребенок эмоционально и телесно раскрепостится, проявит себя как исполнитель танцевальных этюдов и композиций. Повысятся показатели внимания, памяти, внутренней собранности, физической выносливости.

Разучивание, различных упражнений, игр использованных автором в программе “Калейдоскоп” позволит подойти к каждому ребенку индивидуально, учитывая его психологические и физические возможности.

Параметры и критерии мониторинга (Приложение № 6).

**Отличительные особенности программы.** Данная программа направлена не только на физическое развитие, но и на эмоциональное и телесное раскрепощение. Занятия дают возможность педагогу и родителям изучить возможности ребёнка, его желания и интересы для дальнейших занятий хореографией.

В программе представлены разделы:

- Ритмика
- Партерная гимнастика
- Танцевально-двигательные техники
- Телесно-ориентированные техники

К. Голейзовский отмечал, что “язык хореографии подобен языку литературы, музыки... Поэтому он является художественным, несет в себе мысль, переданную эмоционально, выразительно.” Решая задачи развития эмоциональной сферы дошкольника, снятия напряжения, скованности, тревоги, необоснованной печали и тоски, создания положительных эмоциональных состояний, мажорного настроения, педагог на занятиях по хореографии использует элементы танцевальной терапии, цель которой - установление связи между чувствами и движениями. Телесная и танцевальная терапия – игра в ритмических действиях, совместная работа, экспериментирование с жестами, позами, движениями, невербальное общение друг с другом,- все это позволяет приобрести опыт творческого коллективного взаимодействия.

Маленькие дети овладевают естественной грацией и свободой тела, они энергичны, подвижны, проявляют свое поведение через движение. Чем младше ребенок, тем больше свободы и легкости имеет его тело.

Изначально почти всю информацию об окружающем мире ребенок получает через телесные ощущения, поэтому на разных участках тела имеются зоны, запоминающие на всю жизнь положительные и отрицательные отпечатки его общения с миром. Не зря считается, что память тела – самая крепкая. Поэтому очень важно в период развития ребенка, постараться оставить на его теле, как можно меньше «негативных отпечатков», напряжений и зажимов. Имеется в виду психологические зажимы на теле, образующиеся в результате переживаний и эмоциональных стрессов.

Чем меньше мышечных зажимов и отрицательных «отметин» на теле человека, тем здоровее, свободнее, благополучнее он себя ощущает. Именно поэтому в программе представлены упражнения по ритмике, телесным и танцевальным техникам. Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники взаимно дополняют друг друга и занятие становится более плодотворным и полезным эмоционально и физически. Ребенок после курса подобных занятий физически свободен, подвижен, пластичен, уравновешен психологически, грациозен и статен физически

#### **Педагогические принципы:**

Для достижения цели программы использует принципы, соответствующие природе искусства. Данные принципы апробированы учеными в психолого-педагогической области: Е.Я.Александровой, А.А.Аникеевой, А.Р.Зимоненко, В.А.Рахмантаевым, О.А.Севостьяновой и др.:

- ассоциативности,
- образности,
- вариативности,
- контраста,
- сравнения,
- единства музыки и пластики,

#### *Традиционные:*

- учет возрастных и индивидуальных особенностей личности;
- воспитание личности через коллектив;
- дифференцированный подход в организации деятельности;
- связь теории с практикой;
- системность, последовательность;
- принцип сотрудничества;

**Уровневая дифференциация содержания:** разноуровневая.

1 год обучения - *стартовый уровень* (подготовительный);

2 и 3 год обучения - *базовый уровень*;

На **стартовом** (подготовительном) уровне учащиеся овладевают элементарными навыками по ритмике, партерной гимнастике, телесно-ориентированным и танцевально-двигательным техникам, с простым по эмоциональному исполнению комплексом ролевых игр. Познают и оценивают свои возможности, закаляют качества личности, узнают друг друга в общении и совместной деятельности. Итог – открытое занятие для родителей, участие в хореографической постановке.

На **базовом** уровне учащиеся продолжают приобретать знания, умения, и навыки по ранее изученным курсам в более сложном варианте, повышаются требования к качеству исполнения движений, к технике, увеличивается физическая нагрузка, предлагается сложный по эмоциональному исполнению комплекс сюжетно-ролевых игр. Почувствовав себя артистами, поняв все трудности и радости танцевального искусства, ребята способны принять осознанное решение, насколько нужно и важно им продолжать заниматься данным видом деятельности. Итог – открытое аттестационное занятие для родителей, участие в хореографической постановке.

**Адресат программы:** учащиеся 4-6 лет

### **Краткие возрастные особенности**

#### Средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)

Ведущий вид деятельности: сюжетно – ролевая игра.

Мышление: наглядно – образное.

Внимание, память: произвольные.

Новообразования возраста:

Формирование притязания на признание среди сверстников.

Выражена познавательная активность (возраст «почемучек»).

#### Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)

Ведущий вид деятельности: сюжетно – ролевая игра.

Формирование предпосылок к учебной деятельности (волевая регуляция, адекватная самооценка, произвольность познавательных процессов – внимания, памяти).

Мышление: наглядно – образное, элементы словесно – логического.

Иерархия (соподчинение) мотивов поведения.

Выражены симптомы кризиса семи лет: манерничанье, кривляние, разграничение внутреннего мира и внешнего поведения, обобщение своих переживаний.

Стремление выполнять общественно – полезную деятельность.

**Срок освоения программы:** 3 года.

**Объём реализации программы:** 432 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Форма организации образовательного процесса:** групповая, количество учащихся в группе: 12 - 15 человек (1 год обучения); 8-10 человек (2-3 год обучения), состав группы одного возраста, допускается разновозрастной, но близкий по уровню подготовки. Программа «Калейдоскоп», рассчитана на детей 4-6 лет. В группы зачисляются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью. В течение всего обучения учащиеся овладевают углубленными знаниями по всем курсам программы. Каждая группа участвует в хореографических постановках в соответствии с возрастом и уровнем подготовки. В конце третьего года обучения учащиеся, успешно сдавшие аттестационный экзамен, продолжают обучение в детском Образцовом коллективе театр танца «Колибри».

**Тип занятий:** диагностический, теоретический, репетиционный, комбинированный, контрольный, тренировочный, изучения нового материала.

**Режим занятий:**

| Год обучения | Продолжительность занятия | Периодичность в неделю | Часов в неделю | Всего в год |
|--------------|---------------------------|------------------------|----------------|-------------|
| 1 год        | 2 ч х 30 минут            | 2                      | 4              | 144         |
| 2 год        | 2 ч х 30 минут            | 2                      | 4              | 144         |
| 3 год        | 2 ч х 30 минут            | 2                      | 4              | 144         |

### Формы проведения занятий:

- учебное;
- репетиция;
- мастер-класс;
- творческий отчет;
- импровизационный концерт;
- детско-родительские мероприятия;
- традиционные *коллективные дела и праздники*: «Праздник осени», отчетные концерты, творческие встречи «Танцует вся семья», новогодние праздники, спортивный фестиваль «Спортивная семья» и т.д.

В процессе подготовки и проведения общих дел вырабатываются традиции, складывается история и пополняется летопись коллектива, укрепляется связь «педагог – ребенок – родитель».

### 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** развитие двигательных и эмоциональных потенций ребенка в условиях внешкольного учреждения средствами хореографии и эстетизированного комплекса движений в виде телесно-ориентированных и танцевально-двигательных техник.

#### Задачи

*предметные:*

- способствовать формированию навыков танцевально-двигательных и телесно-ориентированных техник;
- формировать базовые хореографические компетентности;

*личностные:*

- развивать навыки слушания музыки, определения ее эмоционального характера;
- развивать чуткость к пластическому действию (целенаправленность, эмоциональная выразительность);
- развивать физические качества (координация, подвижность, гибкость);
- формировать терпение, целеустремленность, трудолюбие, самостоятельность, стремление к самосовершенствованию;
- развивать индивидуальную выразительность, эмоциональность;
- приобщить учащихся к искусству танца;
- способствовать укреплению здоровья детей;

*метапредметные (воспитательные):*

- формировать культуру взаимоотношений;
- формировать интерес к танцевальному искусству.

### Динамика задач по ступеням программы:

| Уровень | Предметные          | Личностные                  | Метапредметные | Формы и виды деятельности |
|---------|---------------------|-----------------------------|----------------|---------------------------|
| I       | овладеть начальными | развивать музыкальный слух, | формировать    | учебные занятия;          |

|    |  |  |   |  |
|----|--|--|---|--|
|    | навыками по хореографии; освоить навыки телесно-ориентированных, танцевально-двигательных техник, овладеть навыками работы в группе; освоить культуру сцены; приобрести опыт выступлений на сцене ДЮЦ «Звездочка».                                     | чувство ритма, телесную память; формировать терпение, трудолюбие; развивать творческие способности; развивать эмоциональность, выразительность.  | организационные умения; наладить позитивное общение внутри группы; обучить пониманию учебной задачи по хореографии; включить родителей в творческую жизнь коллектива. | постановочная работа; развивающие игры; концертная деятельность; внутри коллективные праздники, конкурсы; участие в проектах и конкурсах ДЮЦ «Звездочка».  |
| II | закрепить и завершить формирование базовых хореографических навыков; совершенствовать навыки телесно-ориентированных техник, умение «говорить» на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику; закрепить опыт концертно-конкурсной деятельности. | укрепить физическое здоровье; развивать координацию, гибкость, подвижность; раскрыть творческие способности; развить терпение, выносливость, самостоятельность; сформировать устойчивые дружеские связи. | сформировать внутри группы позитивное общение внутри группы; развивать организационные умения; укрепить партнерские отношения с педагогами и родителями;              | учебные занятия; постановка; работа разновозрастными группами; внутри коллективные конкурсы; открытые занятия; участие в городских конкурсах; дни семейного отдыха; импровизированные концерты; комплексные занятия. |

### 1.3. Содержание программы

Содержание реализуется через систему комплексных занятий по курсам:

- Ритмика;
- Партерная гимнастика;
- Телесно-ориентированные техники;
- Танцевально-двигательные техники и Постановка танца;
- КТД, концертная деятельность.

### Учебный план 1 года обучения

| Раздел, тема         | Количество часов |        |          | Формы аттестации, контроля |
|----------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                      | Всего            | Теория | Практика |                            |
| Ритмика              | 30               | 4      | 26       | Контрольное занятие        |
| Партерная гимнастика | 42               | 4      | 38       | Контрольное занятие        |

|   |    |     |    |                     |
|---|----|-----|----|---------------------|
| Телесно-ориентированные техники                     | 20 | 4   | 16 | Контрольное занятие |
| Танцевально-двигательные техники. Постановка танца. | 40 | 4   | 36 | Контрольное занятие |
| КТД, концертная деятельность                        | 10 | 2   | 8  | Наблюдение Концерт  |
| Атгестация  | 2  |     | 2  | Открытое занятие    |
| Итого   |    | 144 |    |                     |

Количество часов на определенный раздел может варьироваться по итогам мониторинга, в зависимости от усвоения детьми программы.

### Содержание программы 1 года обучения

На стартовом уровне изучаются элементарные знания, умения и навыки, в большей степени с использованием игровых технологий.

#### 1. «Ритмика»

Является основой для развития чувства ритма двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. Способствует развитию координации, умению ориентироваться в пространстве.

В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой *Теория*. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Традиции коллектива. Требования к организации занятий. Правила гигиены.

Понятие музыкальная фраза. Ритмический рисунок. Музыкальный размер (целые, половинные, четвертные, восьмые). Термины по хореографии.

*Практика*. Экскурсия по ДЮЦ. Игры на знакомство. Входная диагностика.

Понятие enfas, epelement (точки хореографического зала), положение рук, позиции ног, положение корпуса. Построения по линиям, в круг, полукруг, исполнение движений по диагонали.

Упражнения на середине зала: работа рук в разных направлениях; релеве; приседания маленькие по 6 позиции ног, с работой корпуса, с хлопком; повороты головы и корпуса в разных направлениях; работа стоп по 6 позиции - на носок, на каблук, вперед и в сторону; пассе обычное.

Ходы:

На полупальцах и на пятках с вытянутыми ногами, маршевый шаг, подскок, галоп, шаг с носочка, приставной шаг по 6 позиции ног.

Прыжки:

с вытянутыми ногами, в вариациях с хлопками, прыжок с работой рук и ног врозь и вместе, в продвижение.

Комплекс сюжетных игры, направленный на развитие музыкального ритма, см Приложение № 4

**2. «Партерная гимнастика»** - это комплекс упражнений на полу, который позволяет достичь цели:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Партерная гимнастика также направлена на исправление некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость и эластичность мышц. *Теория*. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Знакомство с основными движениями партерной гимнастики. Понятия: выворотность стоп, прямой спины, гибкость позвоночника, растяжка. Простейшие знания о строение тела. Термины и названия упражнений партерной гимнастики.

*Практика.* Упражнения выполняются сидя, лежа, на коленях.

Комплекс упражнений сидя (ноги вытянуты перед собой):

вытягивание спины вверх и расслабление, с добавлением вытянутых ног и носков; сокращение и натягивание стоп, вместе и поочередно; наклоны корпуса вперед «складка»; «бабочка»; растяжка.

Комплекс упражнений лежа на локтях:

«ножнички», «велосипед», «стрела».

Комплекс упражнений лежа на спине:

поднятие ног на  $90^0$ , поочередно и обе ноги; растяжка.

Комплекс упражнений лежа на животе:

«ласточка»; «рыбка»; «корзинка»; «лягушка», «дельфинчик»; растяжка.

Комплекс упражнений на коленях: «кошечка».

Комплекс упражнений на расслабление: см. Приложение №3

**3. «Телесно-ориентированные техники»** - развивает у детей пластику, легкость тела, снимает мышечные зажимы, дает ребенку ощущение свободы и радости, способствует игровой инициативе, стимулирует моторное и эмоциональное самовыражение.

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Понятия: характер и настроение музыки; характер и настроение героя; понятия: пластика и образ персонажа, эмоции (радость, грусть, злость, страх), эмпатия.

*Практика.* Движения под музыку разных темпов. Совместные музыкальные, танцевальные и двигательные занятия детей для укрепления эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия. Творческое задание на импровизацию (характер героя, характер музыки), на умение выразить эмоции через движения. Ключевые упражнения даны в Приложении 1.

**4. «Танцевально-двигательные техники», «Постановка»** - направлен на формирование у детей обучение танцевальными навыками, на опыт работы группой, в паре.

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Понятия: рисунок танца (линия, колонна, круг); перестроения по рисунку танца; направление корпуса; работа в паре.

*Практика.* Танцевально-двигательный способ требует точного исполнения определенных движений, в соответствии с характером героя и музыкального сопровождения. То есть ребенок должен постоянно контролировать себя. При использовании танцевально-двигательных техник, педагог должен подбирать движения так, чтобы они соответствовали характеру подражаемого героя, развивали нужную группу мышц.

Основан на комплексе движений и упражнений отображающих героев сказок, с демонстрацией эмоций. Ключевые упражнения даны в Приложении № 2, 5

**5. КТД. Концертная деятельность.**

*Теория.* Культура сцены.

*Практика.* Участие в концертах, посвященных календарным праздникам. Участие в традиционных мероприятиях ДЮЦ, конкурсах разного уровня, фестивалях: План воспитательной работы, см. Приложение № 7

**6. Аттестация.**

*Практика.* Контрольные и творческие задания на пройденный материал. Открытые занятия для родителей. Игровые программы, концерты для родителей, отчетные концерты. Диагностика.

**Примерный репертуар:**

Детские танцы: «Карапузики», «Модница», «Хрюшечки», «Ёлочка», «Где-то на белом свете», «Коротышки», «Мир цветов».

**Требования (ожидаемые результаты) к стартовому уровню:**

*предметные:*

- овладел начальными навыками по хореографии;
- освоил азы телесно-ориентированных и танцевально-двигательных техник;
- владеет теоретическими знаниями в предложенном объеме;
- демонстрирует навык телесной памяти;

- овладел навыками работы в группе;
- познакомился с культурой сцены;
- приобрел опыт выступлений на сцене ДЮЦ «Звездочка»;

*личностные:*

- способен различать музыкальный темп (быстро и медленно);
- сочетает свои движения с музыкой, ориентируется в пространстве, произвольно внимательный;
- выполняет задания старательно и с усердием;
- выполняет задания на творческое воображение;
- развивает эмоциональность, выразительность;

*метапредметные:*

- владеет навыками организационного умения (правила поведения на занятии);
- понимает учебную задачу на занятии;
- понимает значение доброжелательного взаимодействия;
- знает правила по ТБ.

Оценивание результатов на основе диагностик, см. Приложение № № 6, 10

### Учебный план 2-3 годов обучения

| Раздел, тема  | Количество часов |        |          | Формы аттестации, контроля |
|---|------------------|--------|----------|----------------------------|
|   | Всего            | Теория | Практика |                            |
| Ритмика   | 30               | 4      | 26       | Контрольное занятие        |
| Партерная гимнастика                                | 42               | 4      | 38       | Контрольное занятие        |
| Телесно-ориентированные техники                     | 20               | 4      | 16       | Контрольное занятие        |
| Танцевально-двигательные техники. Постановка танца. | 40               | 4      | 36       | Контрольное занятие        |
| КТД, концертная деятельность                        | 10               | 2      | 8        | Наблюдение<br>Концерт      |
| Аттестация  | 2                |        | 2        | Открытое занятие           |
| Итого   | 144              |        |          |                            |

Количество часов на определенный раздел может варьироваться по итогам мониторинга, в зависимости от усвоения детьми программы.

### Содержание программы 2-3 годов обучения

**1. «Ритмика»** - добавляется 1 и 2 позиции ног, в упражнения вводятся дополнительные танцевальные элементы. Ранее проученные элементы усложняются, требования к качеству и техники исполнения увеличивается.

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Традиции коллектива. Требования к организации занятий. Правила гигиены.

Понятие музыкальная фраза. Ритмический рисунок. Музыкальный размер (целые, половинные, четвертные, восьмые). Термины по хореографии.

*Практика.* Понятие enfas, epelement относительно партнера и зрителя, положение рук, позиции ног, положение корпуса. Перестроения из одного рисунка в другой, исполнение движений по диагонали.

Упражнения на середине зала: работа рук в разных направлениях; релаве; приседания маленькие и большие по 6, 1, 2 позициям, с работой корпуса, с хлопком; повороты головы и корпуса в разных направлениях; работа стоп по 6, 1 позициям, на носок, на каблук, вперед и в сторону, с перескоком, с подбивкой, с переводом стопы с перед в сторону; пассе с разворотом колена в сторону.

Ходы:

маршевый шаг с хлопками, подскок приседанием, галоп, шаг с носочка по 1 позиции ног, приставной шаг по 1 позиции ног.

Прыжки:

с вытянутыми ногами, в вариациях с хлопками, прыжок с работой рук и ног врозь и вместе, поджатые, в продвижение.

Комплекс сюжетно-ролевых игры, направленный на развитие музыкального ритма, см Приложение №4

**2. «Партерная гимнастика»** - вводится 1 и 2 позиции ног, ранее проученный комплекс упражнений усложняется. Больше внимания уделяется на развитие выносливости, растяжке.

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Знакомство с новыми элементами партерной гимнастики. Понятия: выворотность стоп, прямой спины, гибкость позвоночника, растяжка. Простейшие знания о строение тела. Термины и названия упражнений партерной гимнастики.

*Практика.* Упражнения выполняются сидя, лежа, на коленях.

Комплекс упражнений сидя (ноги вытянуты перед собой):

вытягивание спины вверх и расслабление, с добавлением вытянутых ног и носков по 1 позиции; сокращение и натягивание стоп, вместе и поочередно по 1 позиции ног; разворот стоп мизинцами в пол; поднятие и опускание натянутой ноги с развернутой пяткой вверх на  $25^0$ ; резкий бросок, по 1 позиции, вверх на  $25^0$ ; наклоны корпуса вперед «складка»; «березка» с опусканием ног за себя до пола, «бабочка» с наклоном корпуса вперед; растяжка.

Комплекс упражнений лежа на локтях: «ножнички», «велосипед» вперед и назад.

Комплекс упражнений лежа на спине:

выведение натянутой ноги по полу в сторону и поднятие ее перед собой с опусканием в и.п.; упражнения на пресс; махи ногой вверх (перед собой) на  $90^0$  и выше; растяжка.

Комплекс упражнений лежа на животе: «ласточка» с затяжкой; «корзинка»; «кораблик»; «планка»; «мостик»; растяжка.

Комплекс упражнений на коленях: «русалочка», махи ногой вверх (за себя) на  $90^0$  и выше с прямой ногой, махи ногой «в кольцо».

Комплекс упражнений на боку:

поднятие и опускание натянутой ноги с развернутой пяткой вверх на  $25^0$ ; резкий бросок выворотной ноги вверх на  $25^0$ ; махи ногой к плечу на  $90^0$  и выше; растяжка.

Комплекс упражнения на расслабление: см. Приложение №3

**3. «Телесно-ориентированные техники»** - продолжается работа на развитие и совершенствование у детей пластики, легкости тела, снятию мышечных зажимов. Вводятся работы в парах и микро группах. Знакомство с новыми эмоциями (интерес, удивление, презрение, гнев).

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Понятия: характер и настроение музыки; характер и настроение героя; понятия: пластика и образ персонажа, эмоции, эмпатия.

*Практика.* Движения под музыку разных темпов. Совместные музыкальные, танцевальные и двигательные занятия детей для укрепления эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия. Парные и групповые задание на импровизацию (пластика героя+ характер музыки+эмоции), на умение выразить эмоции через движения. Ключевые упражнения даны в Приложении № 1.

**4. Курс «Танцевально-двигательные техники», «Постановка»** - в тему «рисунок танца» вводятся новые понятия, количество переходов из одного рисунка в другой увеличивается.

*Теория.* Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Понятия: рисунок танца (полукруг, змейка, два круга, диагональ, шторы, и т.д.), перестроения из одного рисунка в другой, направление корпуса, работа в паре, в микро группе.

*Практика.* Движения и упражнения более конкретные, с меньшим использованием игровых технологий. Техники исполнения движений совершенствуется, точность исполнения максимальная. Ключевые упражнения даны в Приложении № 2, 5.

#### **5. КТД. Концертная деятельность.**

*Теория.* Культура сцены.

*Практика.* Участие в концертах, посвященных календарным праздникам. Участие в традиционных мероприятиях ДЮЦ, конкурсах разного уровня, фестивалях: План воспитательной работы, см. Приложение № 7.

#### **6. Аттестация.**

*Практика.* Контрольные и творческие задания на пройденный материал. Открытые занятия для родителей. Игровые программы, концерты для родителей, отчетные концерты. Диагностика.

#### **Примерный репертуар:**

Детские танцы: «Антошка», «Кап, кап, дождик идет», «По лужам», «Это Новый год», «Дед Мороз», «Барбарики», «Капельки», «Мир цветов», «Посмотрите на меня».

#### **Требования (ожидаемые результаты) к базовому уровню:**

*предметные:*

- освоил комплекс упражнений, совершенствующий физические данные: гибкость, растяжка, координация, осанка (апломб), прыжок (баллон), выворотность;
- способен запомнить элементарные танцевальные комбинации и композиции;
- владеет знаниями и умениями по курсам танцевально-двигательные и телесно-ориентированные;
- владеет теоретическими знаниями в предложенном объёме;
- легко включается в импровизационные и творческие задания;
- освоил культуру сцены;
- приобрел опыт выступлений на сценических площадках города;

*личностные:*

- различает характер, темп, особенности ритма мелодии, сочетает свои движения с музыкой, ориентируется в пространстве, внимателен;
- умеет импровизировать, включая образное мышление;
- имеет стойкий интерес к занятиям хореографией, стремление к самосовершенствованию;
- осознанно участвует в освоении программы;
- способен переносить физические нагрузки, преодолевать трудности (терпение), активно побуждать себя к действию (воля);
- контролирует свои поступки (самоконтроль);

*метапредметные:*

- проявляет нравственно-этические нормы поведения: доброжелательность, уважение, терпимость, ответственность, установку на здоровый образ жизни;
- способен к работе в коллективе;
- владеет навыками организационного умения;
- понимает учебную задачу по программе;
- знает правила по ТБ.

Оценивание результатов на основании диагностик, см. Приложение №№ 6, 10

### **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

| №                                | Раздел, тема   | Показатели  | Формы и методы контроля  |
|----------------------------------|--|---|--|
| <b>Предметные результаты</b>     |  |   |  |
| 1                                | Ритмика  | Освоен комплекс движений для развития:<br>чувства ритма<br>координации<br>осанки (апломба)<br>прыжка (баллона).<br>Может различает характер, темп, особенности ритма мелодии.<br>Сочетает свои движения с музыкой, произвольно внимателен.  | Наблюдение педагога.<br>Тестирования: «Поймай сильную долю», «Физические данные ребенка»,<br>Контрольный срез (декабрь, апрель).<br>Открытые занятия для родителей.        |
| 2                                | Партерная гимнастика                                   | Освоен комплекс упражнений, совершенствующий физические данные:<br>выворотность ног;<br>гибкость суставов;<br>эластичность мышц и связок;<br>силу мышц.   | Наблюдение педагога.<br>Контрольный срез (декабрь, апрель).<br>Открытые занятия для родителей.   |
| 3                                | Телесно-ориентированные техники                        | различает и адекватно выражает базовые эмоции;<br>способен импровизировать;<br>владеет навыком перевоплощения;<br>понимает значение творческого взаимодействия;<br>осознанно владеет эмоциями во время исполнения танца.  | Наблюдение педагога.<br>Контрольный срез (декабрь, апрель).<br>Открытые занятия для родителей.<br>«Магазин игрушек»,<br>«Зоопарк» (тесты на выразительность, воображение). |
| 4                                | Танцевально-двигательные техники.<br>Постановка танца. | Сформированы навыки:<br>точно и музыкально выполнять движения;<br>ориентируется в пространстве;<br>знать рисунок танца;<br>перестраиваться из рисунка в рисунок;<br>умение ровняться и держать рисунок танца;<br>работать с предметом;<br>работать в паре;<br>синхронно работать группой. | Наблюдение педагога.<br>Контрольный срез (декабрь, апрель).<br>Открытые занятия для родителей.<br>Концерты для родителей, участие в конкурсах.                             |
| <b>Метапредметные результаты</b> |  |   |  |
| 1                                | Познавательные   | знает терминологию;<br>способен рефлексировать по поводу образовательных событий;<br>анализирует технику исполнения, эмоциональную выразительность, сценическую культуру свою и партнёров;<br>понимает причины ошибок и умеет их исправлять.  | Рефлексивный круг.<br>Творческие задания.<br>Задания на взаимоконтроль и самооценку.   |

|                              |                                 |  |   |
|------------------------------|---------------------------------|--|---|
| 2                            | Регулятивные                    | Соблюдает правила ТБ на занятиях и концертах;<br>владеет навыками организационного умения в образовательной и досуговой деятельности;  | Опрос.<br>Наблюдение.   |
| 3                            | Коммуникативные                 | Позитивно относится к процессу общения;<br>- умеет слушать партнера, договариваться.<br>- понимает возможность различных позиций и точек зрения, проявляет уважение к другой точке зрения.                         | Наблюдение.<br>КТД  |
| <b>Личностные результаты</b> |                                 |  |   |
| 1                            | Интерес                         | Имеет стойкий интерес к занятиям хореографией, стремление к самосовершенствованию, осознанно участвует в освоении программы.   | Наблюдение.<br>«Анкета обратной связи» для родителей  |
| 2                            | Самооценка                      | спокойно воспринимает замечания в свой адрес;<br>готов исправлять ошибки;<br>способен оценивать себя адекватно реальным достижениям;   | Тестирования<br>«Несуществующее животное», «10 ступеней».   |
| 3                            | Организационно-волевые качества | способен переносить физические нагрузки, преодолевать трудности (терпение);<br>активно побуждает себя к действию (воля);<br>контролирует свои поступки (самоконтроль).   | Наблюдение во время репетиций, выступлений, контрольных и открытых занятий.   |
| 4                            | Поведенческие качества          | - Проявляет нравственно-этические нормы поведения:<br>доброжелательность, уважение, терпимость, ответственность, установку на здоровый образ жизни, эстетический вкус.<br>- Способен к работе в коллективе.        | Наблюдение.<br>Социометрия.<br>КТД.<br>«Анкета обратной связи».   |
| 5                            | Творческая самореализация       | - Участвует в создание творческого продукта индивидуально и в команде;<br>- продуцирует собственные идеи, обрабатывает предложенные идеи;<br>- участвует в творческих мероприятиях и хореографических постановках. | Тест “Диагностика эмоциональной сферы детей через пластику, образность движений”.<br>Конкурсы разных уровней.<br>Концерты.<br>Открытые занятия.<br>Итоговые отчёты. |

## II. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Условия реализации программы

## **Нормативно-правовое обеспечение**

Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с изменениями на 06.02.2020 г.);

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся" Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р;

Проект «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями приказ Минпросвещения от 30.09.20 №533 «О внесении изменений в порядок...»)

Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

«Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.3648-20». Утверждена Главным государственным санитарным врачом РФ 29.09.20 №28);

Устав МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» г. Томска от 2015 (с изменениями от 22.12.2020);

Образовательная программа МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» на 2021-2025 г.г.;

Программа развития МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» на 2021-2025 г.г.;

Рабочая программа воспитания МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» от 10.11.2021 года.

Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах педагогов дополнительного образования МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» г. Томска (не нашла на сайте от какого числа). Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах педагогов дополнительного образования МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» г. Томска (30.05.2015).

## **2.2. Методическое обеспечение**

### **Методы обучения:**

Словесные: рассказ, объяснение, беседа, анализ, самоанализ.

Наглядные: показ, демонстрация видео, фото, компьютерных программ, разнообразных схем, работа с дидактическим материалом, с реквизитом.

Практические: упражнения воспроизводящие, тренировочные, и т.д.

Инновационные: метод познавательной активности (проблемного изложения, исследовательский), метод творческих заданий, импровизация, арт-терапия, игровые, аудио погружение.

### **Педагогические технологии:**

**Здоровьесберегающая технология** реализуется через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приемам здорового образа жизни, формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий физическими упражнениями и играми, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

**Групповая технология** как коллективная деятельность предполагает:

- взаимообогащение учащихся в группе;
- организацию совместных действий, активизирующих познавательные процессы;
- налаживание коммуникативных каналов;
- обратную связь (рефлексию), которая помогает выявить отношение участника к собственному действию и обеспечивает его коррекцию.

Начинать работу в парах, в мини-группах следует с установления доверия внутри общей группы, взаимного интереса, расположенности друг к другу. Группа получает определенное задание для решения конкретных задач. Учащиеся учатся понимать и

принимать общую цель, слышать друг друга, ощущать, что общий результат зависит от усилий каждого. Для этого необходимо:

- формулировать своё мнение;
- выяснить мнение партнёра;
- принять существование разных точек зрения;
- настаивать на своём при помощи аргументов;
- согласовывать мнения, исходя из интересов дела, а не личной приязни.

#### **Личностно-ориентированная технология:**

Содержание, методы и приёмы технологии направлены на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого ученика, помочь становлению личности путём организации познавательной деятельности. Принципиальным является добровольность каждого учащегося в выборе программы и темпы её освоения. В программе используются следующие характерные особенности технологии:

Обеспечение каждому учащемуся чувства психологической защищённости, доверия.

Развитие индивидуальности учащегося за счёт динамического проектирования (образовательный процесс перестраивается по мере выявления логики развития конкретной личности).

Понимание позиции ребёнка, его точки зрения, не игнорирование его чувств и эмоций, принятие личности.

Процесс формирования умений и навыков, воспринимать как средство полноценного развития личности.

Тактика общения – сотрудничество, где учащийся – полноправный партнер. Пристраиваться не «сверху», а «наравне». Обеспечить каждому такую дистанцию, которая позволяет сохранять контакт с окружающими и одновременно чувство личной свободы (не рядом, не над, а вместе, в одном пространстве).

**Игровая технология** имеет характерные особенности:

- образовательная цель ставится в форме игровой задачи;
- учебная деятельность подчиняется правилам игры;
- в учебную деятельность вводится элемент соревнования;
- успешное выполнение задания связывается с игровым результатом.

Игра в дошкольном возрасте – ведущий вид деятельности, нацелена на самоутверждение, на личностное развитие (морально-нравственные проблемы, умение взаимодействовать, формирование ценностных отношений и т. п.). Роль педагога – и организатор, и соучастник событий.

**Технология КТД (коллективно-творческой деятельности)** используется для организации традиционных мероприятий. Этот способ деятельности помогает преобрести опыт концертных выступлений, развитию коммуникативных навыков и работает на сплочение коллектива.

#### **Информационно-коммуникативные технологии.**

Использование ИКТ расширяет учебные возможности и является эффективным средством эстетического развития учащихся. ИКТ объединяет в себе важные обучающие компоненты: анимация, телевизионное изображение, графика, звук. Правильное использование решает проблему наглядных пособий, помогает преобразовывать учебный материал для успешного понимания и облегчения запоминания; делает учебные занятия более привлекательными, стимулирует активность учащихся.

Технология подразумевает использование комплекса цифровых средств:

- видеоряд (демонстрация фрагментов учебных фильмов, художественного кино по теме и т.д.);

- синтезированный зрительный ряд (демонстрация фотографий, и пр.);

- аудиоматериалы.

При дистанционном обучении Internet незаменим для образования, самообразования, получения новой информации, а также для быстрого обмена информацией с помощью электронной почты, социальных сетей, мессенджеров, обучающих платформ и пр.

Также используются прикладные программы для печатания и редактирования текста; изготовления раздаточного материала (контрольные, самостоятельные работы, тесты), для составления и демонстрации творческих работ (проекты, рефераты).

**Алгоритм проведения занятия:**

Организационный: поклон-приветствие, разминка, объявление темы и цели занятия.

Подготовительно-диагностический: постановка проблемного вопроса, обсуждение темы, введение новых понятий.

Основной: танцевально-двигательные техники, партерная гимнастика, ритмические упражнения, телесно-ориентированные техники, творческие задания на освоение темы, танцевальные этюды.

Контрольно-диагностический: самоконтроль, взаимоконтроль.

Итоговый: рефлексия, поклон.

### Методическое оснащение

**Методический материал:**

- Танцевально – двигательные техники с отображением эмоционального состояния героев сказок (Приложение № 1)
- Телесно – ориентированные техники и этюды направленные на развитие эмоциональной сферы (Приложение № 2)
- Релаксационные упражнения (Приложение № 3)
- Подвижные и сюжетно – ролевые игры (Приложение № 4)
- Классификация эмоций (Приложение № 5)
- Диагностик предметных результатов, Диагностика эмоциональной сферы детей через пластику, образность движений” (Приложение № 6)
- Календарный план воспитательной работы (Приложение № 7)
- Словарь терминов (Приложение № 8)
- Календарно-учебный график (Приложение № 9);
- Мониторинг результатов освоения программы (Приложение № 10)
- Диагностическая карта личностного развития детей (Приложение № 11)

**Дидактический материал:**

- карточки «Эмоции»;
- репродукции живописных полотен;
- иллюстрации;
- фишки-оценки в цветовой гамме (красные, желтые, синие);
- записи выступлений профессиональных танцевальных коллективов.

**Интернет ресурсы:**

<http://wdoxnovenie.ru/stati/1381/dvizhenija-narodnogo-tanca/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=TYkKRXMisJQ>  
<https://www.youtube.com/watch?v=dyJVy8jm3JM>  
<https://www.youtube.com/watch?v=TiMN1hrzQII>  
<https://www.youtube.com/watch?v=rZc4O0y8MLE>  
<http://vkmusic.citynov.ru/>

### 2.3. Формы аттестации /контроля и оценочные материалы:

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- журнал посещаемости;
- отзывы родителей;
- видеозаписи выступлений;
- фото и видео архив;
- дипломы, грамоты, сертификаты.

## **2.4. Оценочные материалы:**

Ведущей формой мониторинга эффективности реализации программы является аттестация учащихся, которая оценивается на основании:

- диагностики предметных результатов (Приложение № 6);
- диагностики эмоциональной сферы (Приложение № 6);
- мониторинг результатов освоения программы (Приложение № 10);
- концертных выступлений.

## **2.5. Материально-техническое обеспечение**

- помещение: два зала для занятия хореографией (зал с зеркальной стеной и станками, зал со сценической площадкой);
- подсобные помещения: кладовая, костюмерная, раздевалки;
- технические средства обучения: аудио-видеотека, магнитофон, музыкальный центр, видеокамера, компьютер с выходом в Internet;
- игровой реквизит, канцелярские принадлежности;
- специальная репетиционная одежда и обувь, сценические костюмы,

## **2.6. Кадровое обеспечение:**

Педагоги дополнительного образования

## **2.7. Организационное обеспечение**

сотрудничество с родителями является неотъемлемой частью жизни коллектива и важнейшим условием эффективности реализации программы. Практика показала, что сотрудничество возможно и необходимо организовывать по нескольким направлениям (в зависимости от интересов и возможности родителей):

- помощь в материальном оснащении концертной деятельности;
- финансовая поддержка в участии детей на фестивалях и конкурсах;
- помощь в организации концертов, подготовки к выступлениям;
- совместное участие в досуговых мероприятиях (поездки, походы, встречи с интересными людьми);

А так же:

- с психологом: помогает выявить мотивацию учащихся, отследить развитие психологических составляющих личности;
- со спонсорами и социальными партнерами;
- с коллективами ДЮОЦ и с коллективами города.

## **3.1. Список литературы**

Ассоджоли Р. Психотренинг. – С-П., 1996.

Бехтерев М.В. Вопросы воспитания в возрасте первого детства. В сб.: Умом и сердцем. - М., 1982г..

Большаков В.Ю. Психотренинг. – С-П., 1996.

Бурлачук Л.Ф. Введение в практическую психологию. - Киев, 1997.

Воспитание детей в старшей группе детского сада / В.В.Гербова, Р.А.Иванова. Р.Г.Казакова, Г.М.Лямина/.-М.: БЭС, 1984.

Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста: Сб. ст. / Под ред. А.Н.Леонтьева, А.В.Запорожца. - М.: 1995.

Возрастная и педагогическая психология. Учеб. Пос. для ст-в пед. ин-ов. Под ред. проф. А.В.Петровского. - М.: 1987.

Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоций и чувств. Ч-1.- Томск, 1994.

Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоций и чувств. Ч-2. - Томск, 1994.

Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. - М.: 1987.

- Ефимкина Р.П. Детская психология: Методические указания.- Новосибир., 1995.  
 Изард К. Эмоции человека. - М.: МГУ, 1980.  
 Карабанова О.А. Игра в коррекции психологического развития ребенка. Уч. пос. – М.:Рос. Педагенство, 1997.  
 Левитов Н.Д. О психологических состояниях человека. - М.: 1984.  
 Леонтьев С.А. Деятельность, сознание, личность. - М.: 1975.  
 Лэндрет Т.Л. Игровая терапия: искусство отношений. - М.: 1994.  
 Немов Р.С. Психология. - М.: 1990.  
 Практика психосинтеза.- Сбп., 1992.  
 Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. - М.: Прогресс, 1989.  
 Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Уч. пос. – М.: ВЛАДОС, 1996.  
 Рожина Н.Л. Развитие эмоционального мира личности: Уч. пос.- Минск, 1999.  
 Рожина Л.Н. Психология человека в художественных образах. - Мн.:БГПУ, 1997.

### Список литературы для родителей

- Бендлер Р., Гриндер Д., Из лягушек в принцы. - Воронеж: Модек, 1993.  
 Васильев И.А. и др. Эмоции и мышление. - М.: МГУ, 1990.  
 Василюк Ф.Е. Психология переживаний. - М.: МГУ, 1980.  
 Вавилова Е.Н. Развитие у дошкольников ловкости, силы, выносливости. - М.: 1981  
 Вернон А. Рационально – эмоциональное расписание. - М.; 1993.  
 Галиузова Л.Н. Смирнова Е.О. Ступени общения: от года до семи лет. -М.: 1992.  
 Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. -Яр.,1996.  
 Соловьева Е.Е. Тридцать диалогов о психологии. - М.: Смысл, 1997.  
 Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. М.: Изд-во МГУ, 1988.  
 Тонкова-Ямпольская Р.В., Чертон Т.Я. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста: (от рождения до 7 лет).- М.: Просвещение, 1987.  
 Флег-Хопсон К. Робинсон Б.Е. Скин П. Мир входящему: Развитие ребенка и его отношения с окружающими.- М.: 1992.  
 Фирилева Ж.У.,Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,. 2007.  
 Чистякова М.И. Психогимнастика./ Под ред. М.И.Буянова.- М.: 1995.  
 Элькони Д.Б. Психологическое развитие в детском возрасте. Под ред. Д.И.Фельдштейна.- М.: 1995.  
 Эмоциональное развитие дошкольника. Под ред. А.Д.Кошелевой.- М.: 1985.  
 Эмоциональные нарушения в детском возрасте. М.: Изд-во МГУ, 1990.

### Приложение 1

**Телесно – ориентированные техники** и этюды, направленные на развитие эмоциональной сферы.

Танец пяти движений”.

Цель: уметь менять настроения в соответствии со сменой характера музыки.

Для каждого упражнения звучит своя характерная музыка, продолжительностью секунд.

Эмоция удовольствия:

“Течение воды” – (плавная музыка), текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое движения.

“Переход через чашу” – (импульсивная музыка), резкие, сильные, четкие, рубящие движения.

Эмоция страха:

“Сломанная кукла” – (неструктурированная музыка, хаотичный набор звуков), вытряхивающие незаконченные движения.

Эмоция удивления:

“Полет бабочек” – (лирическая, плавная музыка), тонкие, изящные, нежные движения.

Эмоция удовольствия:

“Покой” – (спокойная, тихая музыка или набор спокойных звуков, имитирующих шум воды, морской прибой, звуки леса), стояние без движений, слушание своего тела.

“Свободный танец”.

Цель: показать эмоцию радости.

Детям предлагается под музыку с закрытыми глазами танцевать, выполнять любые, какие им хочется движения, не мешая друг другу, (ритм и громкость музыки периодически менять).

“Зеркальный танец”.

Цель: в зависимости от музыки проявить эмоцию, настроение.

Участники разбиваются на пары. Звучит любая музыка. Один из пары – зеркало, он с наибольшей точностью старается повторить движения и мимику другого. Затем пары меняются ролями.

“Джаз тела”

Цель: раскрепощение мышц тела.

Танцующие встают в круг. Звучит ритмичная музыка. Участники повторяют движения за ведущим. Сначала нужно совершать движения головой и шеей в различные стороны, в разном ритме, затем двигаются только плечи: вместе, попеременно, вниз, вверх. Далее двигаются руки в локтях, затем кистями. Следующее движение бедрами, затем коленями, далее ступнями. А теперь нужно прибавлять каждое отработанное движение по порядку: голова + плечи + локти + кисти + бедра + колени + стопы. В конце упражнения надо стараться двигаться всеми этими частями тела одновременно.

“Танец огня”.

Цель: перейти от эмоции волнения (удивления, растерянности) к эмоции радости, и добру.

Танцующие тесно сжимаются в круг, руки поднимают вверх и постепенно в такт бодрой музыки опускают и поднимают руки, изображая языки пламени. Костер ритмично покачивается то в одну то в другую сторону, становится то выше (на полупальцах), то ниже (полуприседание + покачивание). Дует сильный ветер и костер распадается на мелкие искорки, которые свободно разлетаются, кружатся, соединяются друг с другом (держась за руки), по 2, 3, 4, 5 человек вместе. Искорки светятся радостью и добром.

Этюд “Согласование действия”.

Цель: согласование действий с эмоциями.

Дети разбиваются на пары. Предлагается показать парные действия: пилка дров, гребля веслами (эмоция усердия), передача хрустального стакана (эмоция страха), отряхивание от грязи (эмоция отвращения), разглядывание подарка (эмоция интереса), веселый танец (эмоция радости).

Этюд “Пробуждение на деревенском дворе”.

Цель: отобразить действиями, эмоциями настроение, характер, повадки героя. Герои – персонажи – обитатели деревенского двора. Раннее утро (дети превращаются в домашних животных и изображают их пробуждение). Петух – важно, заложив руки за спину, прохаживается и кричит “Ку – ка – ре – ку!” На крылечко мягко и осторожно входит кот: улыбается, приговаривая “Мяу!” Неуклюже, переступая с ноги на ногу, входит утка, клювом чистит свои крылышки, приветливо покрякивает. Гордый гусь выхаживает медленно, поворачивая головой в разные стороны приветствуя всех “Га – га – га!” Хрюшка, повалившись на бок, в лужу, вытянув ноги, резко поднимает голову, прищуривая глаз и спрашивая: “Хрю?” Стоя спит, опустив голову лошадь. Вот она открывает глаза, поднимает одно ухо (ладошкой), подняв голову поднимает второе ухо

и кричит “И – го – го!” Просыпаются куры и начинают суетливо бегать по двору “Ко-ко-ко?” Все проснулись! С добрым утром! (Дети могут дофантазировать, проучивать по отдельности роли, затем всем персонажам просыпаться одновременно).

## **Приложение 2**

### **Танцевально-двигательные техники**

1. Наклоны головы вправо, влево, назад, перед, вверх, вниз.
2. Положение рук на поясе, вдоль корпуса, в 3п -верху, стоя в паре, в кругу.
3. Позиции ног 1,2,6.
4. Релеве – поднятие на полупальцы, одновременно на двух ногах и поочередное нажатие на пальцы ног.
5. Работа рук: кистей, пальцев, в локтевом и плечевом суставах.
6. Приседания: по 6,1,2 позиций ног. Маленькие и большие, с добавлением танцевальных элементов: разворот корпуса, хлопок.
7. Выведение ноги вперед и в сторону на носок, на каблук. С использованием приседаний, ударов, притопов, ковырялочки.
8. Резкие выбросы ноги в сторону на носке, на пятке, в повороте.
9. Поднятие рабочей ноги до колена опорной ноги. С добавлением разворота колена в сторону.
10. Наклоны корпуса в стороны, вперед с прямой спиной на 90, стоя до колен.

### **Упражнения и движения, отображающие эмоций героев сказок**

#### **1. Упражнения на выражение внимания, интереса, сосредоточения:**

- а) “лисичка подслушивает”: и.п. - ноги на ширине плеч, легкое покачивание из стороны в сторону, руки поочередно подносим к ушам, добавляя полуприседание и приставной шаг, (работа мышц ног);
- б) “любопытная черепаха”: и.п. - руки на плечах, медленное втягивание головы в плечи и обратное выпрямление (работа мышц шеи);
- в) “филин”: резкие повороты головы влево, вправо через прямой взгляд.

#### **2. Упражнения на выражение удивления:**

- а) “незнайка”: поднятие и опускание плеч вверх и вниз в вариациях.
- б) “медвежонок ищет мед”: и.п. брови приподняты, глаза широко раскрыты руки раскрыты в стороны. Выполнить характерный переваливающийся шаг.

#### **3. Упражнения на выражения удовольствия, радости:**

- а) “цветок расцветает”: и.п. - сидя на корточках. Постепенно вставая, руки тянуть вверх, голову откинуть назад. Вначале глаза полузакрыты, мышцы лица расслаблены, при поднимании, улыбнуться, потянуться вверх;
- б) “цыпленок” клюет зерно: и.п. - ноги на ширине плеч, руки расставлены как крылья. Наклон корпуса вниз, чередуя с полуприседанием. Встать, имитируя потряхивание хвостиком;
- в) «лошадка»: подскок высоко поднимая колени, хлопая ладонями о колени.

#### **4. Упражнения на выражение отвращения и презрения:**

- а) “грязь”: идти на полупальцах, не наступая на “грязь”, не запачкать туфли;
- б) “оттолкни”: и.п. – встать, ноги вместе, руки вытянуты то вперед, то в стороны. С силой отбросить руки вперед и в стороны, как бы отталкивая неприятный предмет.

#### **5. Упражнения на выражение страдания и печали:**

- а) “гномики”: и.п. - наклонить корпус вниз не сгибая колен, взяться руками за щиколотки, в этом положении шагать вперед и назад;
- б) “ванька-встанька”: наклон головы вправо и влево;
- в) “падающая птица”: и.п. - встать прямо, руки подняты вверх. Постепенное опускание-ломание рук : запястья, предплечья, всю руку.

#### **6. Упражнение на выражение страха.**

- а) “зайчик-трусишка”: прыжки чередуя с приседанием и медленным вставанием
- б) “мышонок”: крадущийся шаг на полупальцах;

в) «спрытались в норку»: и.п. - сидя на полу, ноги вытянуть перед собой. По команде «опасность», поджать ноги к груди обняв их руками, «свобода»-расслабиться.

**7. Упражнения на выражение вины и стыда.**

а) «жадина просит прощения»: и.п. - встать прямо. Постепенный наклон головы, плеч, всего корпуса. Мимика спокойствия;

б) «Чуня виноват» с продвижением вперед, произносить слова: «Где вы верные друзья? Чуне помогите. За бахвальство и за смех, вы меня простите.»

### **Приложение №3**

#### **Релаксационные упражнения**

Цель: создание условий для снятия усталости, напряжения, тревожности и одновременно обогащения эмоциональной сферы личности и ее духовного развития.

#### Упражнение 1. «Весенние мотивы».

(Звучит специально подобранная музыка.)

Густой туман. Ничего не видно. Все тонет во мгле. Сыро. Холодно. Немного страшно. Но вот во мглистой тишине начинает светлеть.

(Музыка звучит громче.)

Туман начинает розоветь и таять. В тающем дыму обозначилось что-то радостное, нежное. Оно растет и ширится. От тумана не остается и следа. Голубое небо сияет своей необъятностью, невиданной красотой. В хрустально-чистом и прозрачном воздухе вырисовываются неподвижные нежно розовые облака. Потянуло ласковым весенним утром. (Сменяется музыка.) ...Над полем влажно зеленеющей травкой тонко засинел воздух. От земли пахнет свежестью, зацветающими травами, цветами. Мы наслаждаемся этим запахом. Безмятежно-сладко заливаются жаворонки. В саду свежо и тихо. Послушаем эту тишину, нам становится легко, тепло, солнечно...

#### Упражнение 2. «Фиалка».

(Звучит лирическая музыка). Фиалка – это удивительный цветок с тонким и нежным ароматом, прохладными листиками, нежно голубыми и фиолетовыми лепестками. Представьте себе, что вы входите в старый, заброшенный парк. Вдыхая свежий воздух, вы вдруг улавливаете благоухающий запах – запах нежных фиалок. Вы любуетесь ими, легко прикасаетесь ладонью, ощущая нежную прохладную поверхность их лепестков. В какой-то миг, возможно, вы захотите стать этой фиалкой – нежной, загадочной, скромной, таинственной и беззащитной. Вам хочется оторваться от земли и полететь, закружиться и сплестись в веночек из нежных фиалок. (Дети могут поделиться своими ощущениями, впечатлениями, вербализуя свои ощущения и чувства) .

#### Упражнение 3. «Купание».

(Звучит игривая музыка). Представьте чудное летнее утро. Вам не хочется сидеть дома. И, ускользнув от всех, вы, как ветер, мчитесь к любимому месту - на речку. Вода в ней кажется черной, как чернила, от кустов, которые густо обступили ее со всех сторон и купают в ней свои свесившиеся длинные ветви. Раздевшись, вы бросаетесь в воду. Она холодит вас. Плавание доставляет вам огромное удовольствие. Вы наслаждаетесь прохладой. Ваше тело купается в летней воде... А теперь одевшись вы выбираетесь на пригорок. Пригревает солнышко. Вам тепло, хорошо и легко! Вы с наслаждением чувствуете удивительную легкость в руках, спине, ногах, словно вы маленькое перышко, стоит дунуть ветерку, и он понесет вас высоко под облака. Вы парите в воздухе, вам легко и радостно.

#### Упражнение 4. «Облака».

Вы просыпаетесь. Спешите к окну и точно впервые чувствуете: вот синее небо, вот легкие облака, и солнце, и трава, и деревья...

Вам не хочется сидеть дома... И вот вы уже на улице лежите на траве, чувствуете ее мягкость, прохладу. Вы смотрите в синее небо, видя там причудливые облака, и вы представляете себя на одном из этих облаков. Куда же вы плывете? Может в далекие страны, а может в сказочную страну Мультиляндию, чтобы встретится и поиграть с любимыми героями сказок... (Участники обмениваются своими фантазиями и допридумывают дальнейший ход событий).

#### Упражнение 5. “Солнце”.

Для того чтобы вы немного отдохнули, сядьте, расслабитесь, закройте глаза, почувствуйте, как приятное тепло разливается по телу. Представьте себе, что вы сидите не песке у моря. Море почти неподвижно, показался первый лучик солнца. Ощутите свежесть и чистоту воздуха. Посмотрите на воду, солнце, небо.

Ночь медленно отступает и цвета меняются. Небо над горизонтом краснеет, потом становится золотым. Вас нежно и осторожно касается первый лучик солнца. И вы видите, как оно медленно поднимается из воды. Вот наполовину солнце показалось из-за горизонта, и вода стала золотистого цвета. Вода теплая приятная и вы решаете войти в нее. Медленно и осторожно вы входите в воду, и она нежно ласкает и гладит ваши ножки, спинку, ручки... Вам очень легко и приятно. Вы смелее продвигаетесь вдоль берега, затем разбегаетесь, падаете в золотистую морскую гладь, брызги разлетаются в разные стороны, сверкая и переливаясь в лучах солнца. Вы выбегаете на берег, и солнце ласково обнимает вас своими теплыми лучами. Вам свежо тепло и легко.

### **Приложение 4**

#### **Подвижные и сюжетно – ролевые игры**

“Магазин игрушек”.

Выбирается ведущий-“покупатель”, который приходит в игрушечный магазин. Все остальные дети игрушки. Каждый ребенок должен задумать любую игрушку, которую он будет изображать в магазине.

Покупатель приходит в магазин и дотрагивается до каждой игрушки. И каждая игрушка под музыку начинает выполнять движения, свойственные этой игрушке. Та игрушка, которая “покупателю” понравится больше, назначается следующим ведущим “Паровоз”.

Дети выстраиваются друг за другом изображая пассажиров в поезде первый ребенок изображает паровоз, который важно везет всех. Пассажиры двигаются за паровозом со словами: “Вот поезд наш мчится, колеса стучат, но вот остановка” Далее говорит паровозик: “Кто хочет слезай, а ну-ка ребята грибы собирай”. Все дети выбегают врассыпную и имитируют сбор грибов.

Затем паровозик голосом делает сигнальный - гудок и все дети должны занять свои места в составе. Игра продолжается с начала, только паровозик меняет задание, можно собирать ягоды, шишки, цветы, и т.д..

“У медведя во бору”.

Выбирается один ребенок, который будет изображать медведя. Остальные дети играют самих себя. Медведь спит в берлоге, дети ходят вокруг него и дразнят, проговаривая слова: “У медведя во бору грибы-ягоды беру, а медведь все спит и на нас не глядит”. Слова повторяются до той поры, пока медведь не проснется и побежит за детьми. Пойманные дети идут к медведю в нору. Игра заканчивается после того, как медведь всех переловит.

“Сороконожка”.

Дети встают друг за другом и крепко держат за талию впереди стоящего партнера.

Первый ребенок голова сороконожки, последний – хвост.

Звучит спокойная музыка, под которую дети прохаживаются по классу, после смены музыки голова сороконожки должна догнать хвост, при этом середина сороконожки должна остаться целой. Игра заканчивается, как только хвост и голова соединятся.

“Хитрая лиса, где ты?”

Дети стоят по кругу, они все зайцы. Ведущий ходит за их спинами и в то время когда они произносят слова: “Хитрая лиса где ты?” – несколько раз, ведущий должен одного из детей похлопать, не заметно по спине, и тот, тут же должен бросится ловить зайцев. Игра заканчивается, после того, как лиса переловит всех зайцев.

## Приложение 5.

### Классификация эмоций

Под эмоциональными явлениями в современной психологии понимаются субъективные переживания человеком его отношения к предметам, явлениям, событиям и другим людям.

Само слово “эмоция” происходит от латинского AMOS, что означает - возбуждать, волновать, потрясать.

Эмоции играют большую роль в формировании у ребенка способов и приемов овладения умениями и навыками. Эмоции в значительной степени определяют эффективность обучения, а так же принимают участие в становлении любой творческой деятельности ребенка, в развитии его мышления.

Музыкальные занятия, рисование, драматизированные игры развивают у дошкольников эстетические переживания, учат чувствовать красоту в окружающей жизни.

“Эмоциональное воспитание начинается с развития культуры ощущений”, замечает Сухомлинский В.А.

Эмоции играют важную роль в формировании внимания ребенка. Каждая эмоция своеобразна по своим источникам, по переживаниям, внешним проявлениям и способам регуляции. Гамма человеческих эмоций велика и разнообразна.

При работе над программой, автором были использованы термины, определяющие эмоции:

**ИНТЕРЕС:** избирательное отношение к личности, к субъекту, в силу его жизненного значения и эмоциональной привлекательности.

Сильный интерес побуждает человека к активности, к преодолению препятствий

Для поддержания интереса во время занятий, автор использовал игру:

“живые картинки” (дети всматриваются вдаль и рассказывают, что видят), детям также полезны этюды на сосредоточение внимания.

**РАДОСТЬ:** выражается и узнается с младенчества, что помогает ребенку рано установить межличностные контакты. Радость делает более прочными социальные связи, усиливает восприимчивость, увеличивает мотивацию, способствует уверенности, мужеству, она может успокоить, отвлечь.

На занятиях психогимнастики, ритмики – ощущение радости, в большинстве случаев проявляется, как следствие и преодоление чего то. Задержка проявления радости небезразлична для организма, поэтому автор программы на занятиях часто предлагает побыть детям в образе “клоуна”. Это образ, который оправдан громким смехом, и чрезмерной подвижностью.

**УДИВЛЕНИЕ:** кратковременная и очень подвижная эмоция.

Внешней причиной удивления может быть что-то внезапное. Обычно выстраивается цепочка эмоций:

удивление – радость – интерес

удивление – стыд – страх

К.Изард: “удивление выполняет функции вывода нервной системы из того состояния, в котором она сейчас находится, и функции приспособления к новым условиям.

Мимика удивления очень ярка и легко воспроизводима (широко раскрыть рот и глаза).

**ГНЕВ:** Н.Вагнер писал о ярости – высшей степени гнева: “ярость у человека выражается сдвинутыми бровями, оттопыренными губами, стиснутыми кулаками и сильной жестикуляцией. В дошкольном возрасте дети часто путают понятия “сильный” и

“гневный”. Адекватно воспроизвести гнев ни взрослые, ни дети не могут из-за преобладания в нем негитативного компонента.

**ПРЕЗРЕНИЕ:** презрение к другому человеку может быть выражено мимикой. Презирающий откидывает голову назад, нахмуривает брови, слегка опускает руки, рот трогает ироническая улыбка. Жестом презирающий, как бы отталкивает от себя презираемого. У детей, испытывающих чувство превосходства над другими, эмоция презрения может проявиться в виде пренебрежения к слабым, спокойным детям. Презрение у детей может выражаться и действиями.

**СТРАХ:** эта эмоция может возникнуть в период новорожденности. Дети – кие страхи бывают обычно возрастными. Адекватно иметировать выражение страха не удастся ни детям, ни взрослым. Бессознательно “заражаться” эмоцией страха от другого, ребенок может очень рано, осознавать, что другому страшно, ребенок способен с пяти лет. Если у детей причиной отклонения в развитии стал испуг, то игры, этюды на бурное выражение чувства страха имеют психотерапевтическое значение.

“Всякая господствующая эмоция (чувство) должна сосредоточиться в идее или образе, который дал бы ему плоть”, - отмечал Г.Рибо.

О необходимости разносторонне выражать свои мысли и чувства говорила еще Н.К. Крупская, так как “...выражая себя человек растет. Выражая свои переживания в песне, танце, в мимике, человек лучше осознает себя.

Необходимо научить ребенка чувствовать глубже.

Эмоции ярко проявляются в так называемых движениях: мимике – выразительном движении лица, пантомимике – выразительном движении всего тела, а так же в “вокальной мимике” – выражение эмоций интонацией и тембром голоса.

Выразительные движения – это комплекс эмоций, форма их существования или проявления. Выразительное движение и эмоциональное переживание, образуют единство, взаимопроникая друг в друга. Поэтому выразительные движения и действия создают образ действующего лица, раскрывая его внутреннее содержание во внешнем действии.

## Приложение 6

### Диагностика

Одним из методов оценивания результативности программы является диагностическая карта. В ней фиксируются результаты детей, согласно их возрасту. Каждый раздел программы (**ритмика, танцевально-двигательные техники, телесно-ориентированные техники**), включает в себя основные компоненты:

1. Ритмика – музыкальное исполнение, апломб, гибкость;
2. Танцевально-двигательные техники – пространственная ориентация, память, внимание;
3. Телесно-ориентированные техники – образное мышление, импровизация.

В свою очередь компоненты делятся на темы, осваивая которые ребенок приобретает определенные знания и умения.

### Диагностика предметных результатов

| Параметры  | Учащиеся 4 лет   | Учащиеся 5-6 лет  |
|--|--|---|
| <b>Курс «Ритмика»</b>                              |  |   |
| Ритм,<br>(музыкальное исполнение)                  | Умеет отличать в музыке вступление и основную часть;<br>Начинает движение с начала музыкальной фразы;<br>Различать музыку по темпу (медленно, умеренно, быстро); | Уметь слышать слабую и сильную доли;<br>Уметь выполнять движения точно на определенные музыкальные фразы. |
| Апломб<br>(правильное положение корпуса, рук, ног) | Понимает понятия и выполняет позы: подтянутый корпус, положение рук на талии, 6 позиция  | Без напоминаний умеет держать корпус прямым на месте и в продвижение, правильно держит                    |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | ног, тянуться макушкой вверх, натянутый носок   | руки на талии, тянет спину в партере и на середине зала.  |
| Гибкость                                       | Делает упражнения на полу: «складочка», «корзинка», «рыбка», растяжка.  | Делает упражнения на полу: «складочка», «корзинка», «рыбка», «кораблик», «березка» с опусканием ног назад, шпагат.  |
| <b>Курс «Танцевально-двигательные техники»</b> |   |   |
| Пространственная ориентация                    | Усвоил понятия: продвигаться «вперёд», «назад», «лицом к зрителю», «спиной к зрителю». Уметь переходить рисункам танца: по кругу, по диагонали, стоять в ровном полукруге. Знать понятия: колонна, линия, ровняться по линиям, ровняться в колонне друг за другом. Уметь выполнять движения в группе. | Понимает и выполняет на практике понятия «спиной» или «лицом» относительно зрителя и рисунка танца. Свободно ориентируется на танцевальной площадке, в танце уверенно переходит из одного рисунка в другой. Умеет выполнять танцевальные движения, продвигаясь по рисунку танца; Чувствует партнера, выполняет движения синхронно в паре, в группе. |
| Память   | Знает названия упражнений разминки, танцевальных движений, хореографических перестроений. Согласует название упражнений с действием. Запоминает новый материал в течение 2-3 занятий. Исполняет этюды и танцевальные номера без подсказки.  | Знает названия упражнений разминки, танцевальных движений, хореографических перестроений. Согласует название упражнений с действием. Запоминает новый материал в течение 1-2 занятий. Исполняет этюды и танцевальные номера без подсказки.  |
| <b>Курс «телесно-ориентированные техники»</b>  |   |   |
| Импровизация                                   | Демонстрирует образные элементы телесно-ориентированных техник, героев сказок, зверей, птиц. Импровизирует под разный темп музыки.  | Демонстрирует персонажей сказок, зверей, через сюжетно-ролевую игру с партнерами. Умеет образно мыслить, использует один и тот же предмет по-разному.   |

- **Красный цвет** – воспитанник выполняет все самостоятельно и правильно
- **Желтый цвет** – воспитанник выполняет с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.
- **Синий цвет** – воспитанник допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.

**Сентябрь** – входная диагностика для новичков. **Декабрь** – промежуточная диагностика, **май** – итоговая.

**Методика “Диагностики эмоциональной сферы детей через пластику, образность движений”.**

(На выявление отклонений в развитии эмоциональной сферы ребенка.).

Методика включает задания, выполняющие диагностирующую функцию.

Детям предлагается прослушать три различные по ритму и характеру мелодии / Прокофьев С.С./

Пьеса “Утро”, - лирическая мелодия;

Марш “Шествие кузнечиков”.

Пьеса “Клоуны”, - веселая, быстрая мелодия.

После прослушивания, педагог – хореограф дает задание № 1: нужно под каждую мелодию выполнить любые движения, упражнения, которые соответствуют темпу и настроению каждой мелодии.

Педагог – хореограф и психолог наблюдают за правильностью выполнения детьми задания, и результаты заносят в личную карточку ребенка.

После завершения выполнения задания педагог – хореограф анализирует с детьми каждую мелодию. Вместе они дают название каждой мелодии, и задание повторяется вновь. Если ребенок с заданием справляется лучше прежнего, то результаты в карточке исправляются.

Следующее задание № 2, заключается в том, что детям даются конкретные образы героев сказок и мультфильмов:

“трусливый зайчик”, “хитрая лиса”, “злой волк”, “веселый клоун”,

“важный петух”. Под характерное музыкальное сопровождение детям необходимо показать предлагаемых героев, через мимику, пластику, эмоции.

### Приложение № 7

#### Календарный план воспитательной работы

| Дата  | Воспитательное мероприятие  | Предполагаемый результат   |
|---|---|--|
| <b>Модуль «Ключевые дела. Традиции»</b><br>(значимые традиции для коллектива) |   |  |
| сентябрь  | Праздничная концертно-игровая программа «Давайте познакомимся»<br>Знакомство с традициями ДЮЦ и ДО «Колибри»:<br>- посещение занятий в детском Образцовом коллективе театра танца «Колибри»;<br>- просмотр материалов из видео фонда коллектива | - Произойдет знакомство, сформируются доверительные и доброжелательные отношения педагог-ребенок-родитель;<br>- Родители и новички увидят перспектив обучения в объединение;<br>- Дошкольники будут мотивированы к образовательной деятельности. |
| октябрь<br>декабрь  | Участие в театрально-игровой программы «Праздник осени»<br>Участие в новогоднем театрализованном концерте, подготовленным учащимися Д.А. «Апельсин», т.т. «Колибри»   | Учащиеся закрепят нравственные ценности и культурные традиции:<br>- уважать старших и заботиться о младшем;<br>- быть трудолюбивым;<br>- беречь и охранять природу;<br>- быть вежливым, скромным, приветливым;<br>- уметь сопереживать;          |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- быть уверенным в себе, ответственным за общее дело, открытым, общительным.</li> <li>Учащиеся приобретут опыт творческой самореализации, получают ощущение радости.</li> <li>- родители познакомятся с творческой жизнью коллектив</li> </ul>   |
| январь                                       | Участие в семейно-спортивном празднике «Неразлучные друзья взрослые и дети»  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дети и родители будут привлечены к здоровому образу жизни;</li> <li>- смогут развить традиции активного семейного отдыха, командного сплочения, здорового азарта;</li> <li>- участники мероприятия познакомятся с народными традициями, забавами, играми</li> </ul>  |
| апрель                                       | Отчетный концерт совместно с детским образцовым коллективом театр танца «Колибри   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Закрепится связь детско-взрослой общности;</li> <li>- наладится позитивное общение внутри группы;</li> <li>- у учащихся закрепится ситуация успеха и радости от результатов труда;</li> <li>- разовьется организационное умение, самостоятельность, дисциплинированность, ответственность за общее дело;</li> <li>- знакомство с работой детей т.т. «Колибри», будет стимулом на дальнейшую работу, трудолюбие, целеустремленность.</li> </ul> |
| октябрь, ноябрь, декабрь, февраль, март, май | Участие детей в фестивалях и конкурсах творческих работ, в рамках мероприятий ДЮОЦ: «Мой любимый педагог», посвященному Дню Матери, «Новогодний проспект», «Защитники отечества в моей семье», «Подарок маме», акция «Открытка ветерану» | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дети смогут удовлетворить и развить свои художественные и декоративные потребности;</li> <li>- познакомятся с эстетической культурой оформления работ;</li> <li>- научатся правильно отвечать на похвалы и разумно реагировать на критику;</li> <li>- отношения педагог-ребенок приобретут положительный настрой;</li> </ul>   |

|   |  |   |
|---|--|---|
|   |  | - у детей разовьется чувство гордости, любви и заботы за членов своей семьи, уважение к защитникам Родины.  |
| <b>Модуль «Учебное занятие»</b><br>(воспитательное мероприятие в рамках учебной программы)                |  |   |
| сентябрь  | Погружение в программу, занятие-путешествие «По долинам, по горам, по лесам и по морям».                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Устаноятся доверительные отношения ребенок-педагог;</li> <li>- учащиеся научатся слушать и слышать педагога, партнера, будут внимательными, дисциплинированными, организованными, доброжелательными;</li> <li>- дети будут адекватно реагировать на замечания, анализировать свои шибки, и находить способы их исправления;</li> <li>- научатся взаимодействовать с партнером, с группой;</li> <li>- на занятиях будут усердны, активны в познавательной и творческой деятельности, проявят волевые качества личности;</li> <li>- обучающиеся будут соблюдать общепринятые нормы поведения, правила личной гигиены.</li> </ul> |
| сентябрь-май  | Занятия по программе   |   |
| октябрь   | Видео ролик «Внешний вид танцора» на странице театр танца «Колибри» ВКонтакте  |   |
| май   | Просмотр фильма «Маленькая балерина» на странице театр танца «Колибри» ВКонтакте   |   |
| март  | Открытое занятие для родителей   |   |
| <b>Модуль «Одаренные дети»</b><br>(участие в конкурсах, иное)   |  |   |
| ноябрь - май  | Участие детей базового уровня в конкурсах разного уровня: «Логика», «Головоломка», «Первые шаги», «Сибирь зажигает звезды» | <ul style="list-style-type: none"> <li>Учащиеся примут участие в конкурсах, соревнованиях, фестивалях, олимпиадах;</li> <li>- почувствуют ситуацию успеха и командного духа;</li> <li>- самоутвердятся, повысят личную самооценку.</li> </ul>   |
| <b>Модуль «Работа с родителями»</b><br>(родительские собрания, работа с психологом и иными специалистами) |  |   |

|             |  |  |
|-------------|--|--|
| сентябрь    | - Организационное собрание   | - Познакомить родителей с организацией работы ДЮЦ, с учебно-воспитательным процессом в объединение;  |
| октябрь-май | - Внеплановые собрания, встречи и консультации с психологом, иными специалистами.<br>- Анкетирование, работа с документами, учебные видео фильмы на странице ВКонтакте | - познакомить с требованиями к осуществлению образовательной деятельности, оформить документы на зачисление;<br>- создать, по желанию родителей, актив – родительский комитет;<br>- привлечь родителей к организации и проведению дел в объединение;<br>- организовать консультации с педагогами объединения и с другими специалистами центра (по запросу);<br>- наладить работу (общение) с родителями в онлайн формате на странице ВКонтакте |

## Приложение № 8

### Словарь терминов.

Эмоциональная сфера - непосредственные переживания, сопровождающие отдельные, жизненно важные воздействия и побуждающие субъекта к их сохранению в определенной среде, обстановке с определенным общественным окружением.

Возрастные особенности - психофизиологические нормы человека, учитывающие его возраст.

Телесно-ориентированные техники - навыки и приемы, воздействующие на сознание и мышление ребенка через физические упражнения, отвлекающие контроль сознания над телом.

Танцевально-двигательные техники - навыки и приемы, воздействующие на сознание и мышление ребенка посредством танцевальных движений, жестов положений тела.

Эмпатия - способность человека телесно перевоплощаться в любой объект, и чувственно перевоплощаясь, сопереживать то, что могут чувствовать эти объекты.

Эйдетизм – способность человека представлять себе зрительные образы и телесные ощущения так, будто они существуют на самом деле.

**Приложение № 9**  
**Календарно-учебный график**

| Время проведения<br>(месяц, неделя)                                 | Первый год обучения дети 4 лет.<br>(тема, цель месяца.)   | Второй год обучения<br>дети 5 лет.<br>(тема, цель месяца)  | Третий год обучения<br>Дети 6 лет<br>(тема, цель месяца)  |
|---|---|--|---|
| <p><b>Сентябрь.</b><br/><b>(8 часов)</b></p> <p>1,2,3,4 недели.</p> | <p><b>Тема: <u>Знакомство.</u></b><br/> <b>Цель:</b> « Формирование базовых навыков постановки корпуса».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Инструктаж по Т.Б.</li> <li>• Игры на знакомство: «Снежный ком», «Из чего мы состоим».</li> <li>• Входная диагностика.</li> <li>• Партерная гимнастика;</li> <li>• Основное положение: ног, рук, корпуса, головы.</li> <li>• Знакомство с ритмом, темпом</li> </ul> | <p><b>Тема: <u>Повторение.</u></b><br/> <b>Цель:</b> « Закрепление базовых навыков постановки корпуса»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Инструктаж по Т.Б.</li> <li>• Игры: «Снежный ком», «Из чего мы состоим».</li> <li>• Диагностика.</li> <li>• Партерная гимнастика;</li> <li>• Основное положение: ног, рук, корпуса, головы.</li> <li>• Умение слышать музыку.</li> </ul> | <p><b>Тема: <u>Повторение.</u></b><br/> <b>Цель:</b> « Закрепление базовых навыков постановки корпуса»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Инструктаж по Т.Б.</li> <li>• Игры на сплочение: «Встань по ... (<i>число</i>)» «Давайте познакомимся»</li> <li>• Диагностика <span style="float: right;">вновь</span> поступивших.</li> <li>• Партерная гимнастика;</li> <li>• Основное положение: ног, рук, корпуса, головы.</li> <li>• Умение слышать и двигаться под музыку.</li> </ul> |
| <p><b>Время проведения</b><br/>(месяц, неделя)</p>                  | <p><b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br/>(тема, цель месяца.)</p>  | <p><b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br/>(тема, цель месяца)</p>  | <p><b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br/>(тема, цель месяца)</p>  |
| <p><b>Октябрь.</b><br/><b>(10 часов)</b></p> <p>1-я неделя</p>      | <p><b>Тема: <u>Подготовка к празднику «Золотая осень».</u></b><br/> <b>Цель:</b> «Формирование умения демонстрировать танцевальный образ с помощью предметов».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание движений к танцу.</li> </ul>  | <p><b>Тема: <u>Подготовка к празднику «Золотая осень».</u></b><br/> <b>Цель:</b> «Закрепление навыка работы с предметом».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание движений к танцу.</li> </ul>  | <p><b>Тема: <u>Подготовка к празднику «Золотая осень».</u></b><br/> <b>Цель:</b> «Закрепление навыка работы с предметом».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание движений к танцу.</li> </ul>   |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| 2,3-я недели<br>4- неделя<br>5-я недели                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка и отработка танца.</li> <li>• Партерная гимнастика, упр. на середине зала на постановку корпуса</li> <li>• Выступление на празднике.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка и отработка танца.</li> <li>• Партерная гимнастика, упр. на середине зала на постановку корпуса.</li> <li>• Выступление на празднике.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка и отработка танца.</li> <li>• Партерная гимнастика, упр. на середине зала на постановку корпуса.</li> <li>• Выступление на празднике.</li> </ul>  |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя)                                | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)   | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)  |
| <b>Ноябрь.</b><br><b>(8 часов)</b><br><br>1,2,3недели.<br><br>4.5- недели | <b>Тема: <u>Ритм и движение</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие чувства ритма и координации движений».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Понятие «ритм»</li> <li>• Рисунок танца.</li> <li>• Маршевый шаг.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в танце.</li> <li>• Разучивание танцевальных комбинаций</li> </ul> | <b>Тема: <u>Ритм и движение</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование чувства ритма и координации движений».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритмический рисунок</li> <li>• Рисунок танца.</li> <li>• Маршевый шаг.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в продвижении по рисункам танца.</li> <li>• Разучивание танцевальных комбинаций.</li> </ul> | <b>Тема: <u>Ритм и движение</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование чувства ритма и координации движений».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритмический рисунок</li> <li>• Рисунок танца.</li> <li>• Маршевый шаг.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в продвижении по рисункам танца.</li> <li>• Разучивание танцевальных комбинаций</li> <li>• Понятие образ в танце</li> </ul> |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя)                                | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)   | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель, месяца)   |
| <b>Декабрь.</b><br><b>(10 часов)</b><br><br>1-я неделя                    | <b>Тема: <u>Подготовка к новому году к празднику.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие музыкальности и выразительности движений».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка танца</li> </ul>   | <b>Тема: <u>Подготовка к новому году к празднику.</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование и закрепление музыкальных и выразительных навыков».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка танца</li> </ul>  | <b>Тема: <u>Подготовка к новому году к празднику.</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование и закрепление музыкальных и выразительных навыков».<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка танца</li> </ul>  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| 3,4-недели                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Отработка танца Ритмичное исполнение движения и рисунков танцев</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Отработка танца.</li> <li>• Ритмичное исполнение движения и рисунков танцев.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Отработка танца</li> <li>• Ритмичное исполнение движений и рисунков танцев</li> <li>• Работа над образом</li> </ul>   |
| 5- неделя                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выступление на новогоднем празднике.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выступление на новогоднем празднике.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выступление на новогоднем празднике.</li> </ul>   |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя) | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)   | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)   |
| <b>Январь.</b><br>(6 часов)                | <b>Тема: <u>Повторение.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков».   | <b>Тема: <u>Повторение.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков».  | <b>Тема: <u>Повторение.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков».   |
| 3,4,5-я недели                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Портерная гимнастика.</li> <li>• Упражнения на середине зала на постановку корпуса.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в танцевальных комбинациях.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Портерная гимнастика.</li> <li>• Упражнения на середине зала на постановку корпуса.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в продвижении по рисункам танца.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Портерная гимнастика.</li> <li>• Упражнения на середине зала на постановку корпуса.</li> <li>• Ритмичное исполнение движений в продвижении по рисункам танца.</li> <li>• Понятие эмоция в танце.</li> </ul> |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя) | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)   | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)   |
| <b>Февраль</b><br>(8 часов)                | <b>Тема: <u>Танцевальные навыки.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие телесной памяти и внимания».  | <b>Тема: <u>Танцевальные навыки.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие телесной памяти и внимания».   | <b>Тема: <u>Танцевальные навыки.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие телесной памяти и внимания».  |
| 1,4-я недели                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание танцевальных движений и комбинаций с одновременным участием рук, ног, корпуса, головы.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание танцевальных движений и комбинаций с одновременным участием рук, ног, корпуса, головы.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание танцевальных движений и комбинаций с одновременным участием рук, ног, корпуса, головы.</li> </ul>   |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| 2,4-я недели                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Переходы из одного танцевального рисунка в другой, различными шагами: марш, галоп, шаг с носка, шаг на полупальцах</li> <li>• Танцевальные этюды.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Переходы по танцевальным рисункам , различными шагами: марш, подскок, галоп, шаг с носка, шаг на полупальцах с работой рук.</li> <li>• Танцевальные этюды</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Переходы по танцевальным рисункам , различными шагами: марш, подскок, галоп, шаг с носка, шаг на полупальцах с работой рук.</li> <li>• Танцевальные этюды</li> <li>• Партнер + эмоция</li> </ul> |
| 3,4-я недели                               |   |   |   |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя) | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)  | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)  |
| <b>Март</b><br><b>(8 часов)</b>            | <b>Тема: <u>Танцевальные техники.</u></b><br><b>Цель:</b> «Формирование умения «говорить »на языке танца через эмоции жесты и пластику».  | <b>Тема: <u>Танцевальные техники.</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование умения «говорить »на языке танца через эмоции жесты и пластику».   | <b>Тема: <u>Танцевальные техники.</u></b><br><b>Цель:</b> «Совершенствование умения «говорить »на языке танца через эмоции жесты и пластику».   |
| 1-я неделя                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Парный танец.<br/>Движения в паре.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Парный танец.<br/>Движения в паре.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Парный танец.<br/>Танцевальные комбинации в паре.</li> </ul>   |
| 2,3-я недели                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Танцевально-двигательные техники.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Танцевально-двигательные техники.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Танцевально-двигательные техники.</li> </ul>   |
| 3,4-я недели                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Телесно – ориентированные техники.</li> <li>• Открытое занятие</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Телесно – ориентированные техники.</li> <li>• Открытое занятие</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Телесно – ориентированные техники.</li> <li>• Открытое занятие</li> </ul>  |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя) | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)  | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)  |
| <b>Апрель</b><br><b>(8 часов)</b>          | <b>Тема: <u>Межличностные отношения в танце.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие выразительности и точности исполнения движений».   | <b>Тема: <u>Межличностные отношения в танце.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие выразительности и точности исполнения движений».   | <b>Тема: <u>Межличностные отношения в танце.</u></b><br><b>Цель:</b> «Развитие выразительности и точности исполнения движений».   |
| 1,2-я недели                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры на межличностные отношения</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры на межличностные отношения</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры на межличностные отношения.</li> </ul>  |
| 2,3-я недели                               |   |   |   |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| 4-я недели                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Комбинации и этюды танцевально – двигательных техник.</li> <li>• Игры и комбинации телесно – ориентированных техник.</li> <li>• Работа в парах, микро-группах, группой.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Комбинации и этюды танцевально – двигательных техник.</li> <li>• Игры и комбинации телесно – ориентированных техник.</li> <li>• Работа в парах, микро-группах, группой.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Комбинации и этюды танцевально – двигательных техник.</li> <li>• Игры и комбинации телесно – ориентированных техник.</li> <li>• Работа в парах, микро-группах, группой.</li> </ul>   |
| <b>Время проведения</b><br>(месяц, неделя) | <b>Первый год обучения дети 4 лет.</b><br>(тема, цель месяца.)   | <b>Второй год обучения дети 5 лет.</b><br>(тема, цель месяца)   | <b>Третий год обучения Дети 6 лет</b><br>(тема, цель месяца)  |
| <b>Май</b><br><b>(8 часов)</b>             | <b>Тема: <u>Подготовка к отчетному концерту.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков. Подготовка к празднику «Скоро лето».  | <b>Тема: <u>Подготовка к отчетному концерту.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков. Подготовка к празднику «Скоро лето».   | <b>Тема: <u>Подготовка к отчетному концерту.</u></b><br><b>Цель:</b> «Повторение и закрепление ранее полученных навыков. Подготовка к выпускному балу».   |
| 1,2,3,4-я недели                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритм и координация движений.</li> <li>• Упражнения на развитие мышечной памяти и внимания.</li> <li>• Задания на выразительность и правильность исполнения движений.</li> <li>• Подготовка к празднику «Скоро лето».</li> <li>• Отчетный концерт</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритм и координация движений.</li> <li>• Упражнения на развитие мышечной памяти и внимания.</li> <li>• Выразительность и правильность исполнения движений.</li> <li>• Подготовка к празднику «Скоро лето».</li> <li>• Отчетный концерт</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритм и координация движений</li> <li>• Упражнения на развитие мышечной памяти и внимания.</li> <li>• Выразительность и правильность исполнения движений.</li> <li>• Подготовка к празднику «Скоро лето»</li> <li>• Отчетный концерт</li> </ul> |
| 5-я неделя                                 |  |   |   |

**Приложение № 10**  
**Мониторинг результатов освоения программы**

| Раздел программы | Показатели сформированности | Уровни, баллы | Формы и методы контроля |
|------------------|-----------------------------|---------------|-------------------------|
|------------------|-----------------------------|---------------|-------------------------|

| <b>1. Предметные (по разделам программы)</b> |   |   |   |
|--|---|---|---|
| 1.1. Ритмика                                 | <p>Освоен комплекс упражнений, совершенствующий физические данные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• гибкость</li> <li>• растяжка</li> <li>• координация</li> <li>• выворотность</li> <li>• осанка (апломб)</li> <li>• прыжок (баллон).</li> </ul> <p>- Различает характер, темп, особенности ритма мелодии, сочетает свои движения с музыкой, ориентируется в пространстве, произвольно внимателен.</p> <p>-Различает и адекватно выражает базовые эмоции.</p> <p>-Способен запомнить элементарные танцевальные композиции.</p> | <p><b>Красный цвет</b> – воспитанник, владеет практическими умениями и навыками в полном объеме, выполняет все самостоятельно и правильно.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – объем усвоенных умений и навыков более 1/2, воспитанник выполняет задания с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.</p> <p><b>Синий цвет</b> – воспитанник овладел менее чем 1/2 предусмотренных практических умений и навыков по предмету, допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.</p> | <p>Наблюдение педагога.</p> <p>Тестирования: «Поймай сильную долю», «Физические данные ребенка», «Магазин игрушек» (тест на выразительность).</p> <p>Контрольный срез (декабрь, апрель).</p> <p>Открытые занятия для родителей.</p> <p>Анкетирование детей и родителей «Анкета обратной связи».</p> <p>Тест Торранса (творческое мышление).</p> |
| 1.2. Партерная гимнастика                    | <p>Освоен комплекс упражнений, совершенствующий физические данные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выворотность ног;</li> <li>- гибкость суставов;</li> <li>- эластичность мышц и связок;</li> <li>- силу мышц.</li> </ul> <p>Знает и применяет на практике термины по курсу.</p>  | <p><b>Красный цвет</b> – воспитанник, владеет практическими умениями и навыками в полном объеме, выполняет все самостоятельно и правильно.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – объем усвоенных умений и навыков более 1/2, воспитанник выполняет задания с незначительными ошибками,</p>  | <p>Наблюдение педагога.</p> <p>Контрольный срез (декабрь, апрель).</p> <p>Открытые занятия для родителей.</p>   |

|                                      |  |   |  |
|--------------------------------------|--|---|--|
|                                      |  | <p>частично обращается за помощью к педагогу.</p> <p><b>Синий цвет</b> – воспитанник овладел менее чем 1/2 предусмотренных практических умений и навыков по предмету, допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.</p>   |  |
| 1.3. Телесно-ориентированные техники | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Различает и адекватно выражает базовые эмоции;</li> <li>- способен импровизировать;</li> <li>- владеет навыком перевоплощения;</li> <li>- понимает значение творческого взаимодействия;</li> <li>- осознанно владеет эмоциями во время исполнения танца.</li> </ul> | <p><b>Красный цвет</b> – воспитанник, владеет практическими умениями и навыками в полном объеме, выполняет все самостоятельно и правильно.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – объем усвоенных умений и навыков более 1/2, воспитанник выполняет задания с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.</p> <p><b>Синий цвет</b> – воспитанник овладел менее чем 1/2 предусмотренных практических умений и навыков по предмету, допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.</p> | <p>Наблюдение педагога.</p> <p>Контрольный срез (декабрь, апрель).</p> <p>Открытые занятия для родителей.</p> <p>«Магазин игрушек», «Зоопарк» (тесты на выразительность, воображение).</p> |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p>1.4. Танцевально-двигательные техники. Постановка танца.</p> | <p>Сформированы навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- точно и музыкально выполняет движения;</li> <li>- ориентируется в пространстве;</li> <li>- перестраиваться из рисунка в рисунок;</li> <li>- умеет ровняться и держать рисунок танца;</li> <li>- владеет умением работать с предметом;</li> <li>- работает в паре;</li> <li>- умеет чувствовать партнера, синхронно работать группой.</li> </ul> | <p><b>Красный цвет</b> – воспитанник, владеет практическими умениями и навыками в полном объеме, выполняет все самостоятельно и правильно.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – объем усвоенных умений и навыков более 1/2, воспитанник выполняет задания с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.</p> <p><b>Синий цвет</b> – воспитанник овладел менее чем 1/2 предусмотренных практических умений и навыков по предмету, допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.</p> | <p>Наблюдение педагога. Контрольный срез (декабрь, апрель). Открытые занятия для родителей. Концерты для родителей, участие в конкурсах.</p> |
| <p><b>2. Метапредметные результаты</b></p>                      |  |   |  |
| <p>2.1. Познавательные</p>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Знает терминологию по всем курсам;</li> <li>- способен рефлексировать по поводу образовательных событий;</li> <li>- анализирует технику исполнения, эмоциональную выразительность, сценическую культуру свою и партнёров;</li> <li>- понимает причины технических ошибок и умеет их исправлять.</li> </ul>  | <p><b>Красный цвет</b> – самостоятельно анализирует, сравнивает, сопоставляет, обобщает, подбирает и др.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – педагог оказывает помощь при необходимости</p> <p><b>Синий цвет</b> – выполняет познавательные действия при помощи педагога</p>  | <p>Рефлексивный круг. Творческие задания. Задания на взаимоконтроль и самооценку.</p>  |

|                                     |   |  |  |
|-------------------------------------|---|--|--|
| 2.2. Регулятивные (организаторские) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Соблюдает правила ТБ на занятиях и концертах;</li> <li>- владеет навыками организационного умения в образовательной и досуговой деятельности;</li> </ul>   | <p><b>Красный цвет</b> - самостоятельно организует свою деятельность (план, контроль, оценка), определяет проблему и её причину, исправляет ошибки содержит в порядке своё рабочее место, взаимодействует со взрослыми и сверстниками.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – ситуативное проявление.</p> <p><b>Синий цвет</b> – по предложенному алгоритму и под контролем педагога.</p> | Опрос.<br>Наблюдение.                                |
| 2.3. Коммуникативные                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Позитивно относится к процессу общения;</li> <li>- умеет слушать партнера, договариваться;</li> <li>- понимает возможность различных позиций и точек зрения;</li> <li>- проявляет уважение к другой точке зрения.</li> </ul> | <p><b>Красный цвет</b> – владеет коммуникативными компетентностями в полном объеме: умеет слышать, видеть, чувствовать партнёра, осознавать его интересы, желания и продуктивно сочетать их со своими.</p> <p><b>Желтый цвет</b> – объём усвоенных умений и навыков более 1/2.</p> <p><b>Синий цвет</b> – ребёнок овладел менее чем 1/2 предусмотренных компетентностей.</p>   | Наблюдение.<br>КТД                                   |
| <b>3. Личностные результаты</b>     |   |  |  |
| 3.1. Интерес                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имеет стойкий интерес к занятиям хореографией, стремление к самосовершенствованию,</li> <li>- осознанно участвует в освоении программы.</li> </ul>   | <b>Красный цвет</b> – интерес постоянно поддерживается самостоятельно  | Наблюдение.<br>«Анкета обратной связи» для родителей |

|                                      |  |  |   |
|--------------------------------------|--|--|---|
|                                      |  | <p><b>Желтый цвет</b> – интерес периодически поддерживается ребёнком</p> <p><b>Синий цвет</b> - интерес навязан извне</p>  |   |
| 3.2. Самооценка                      | <p>- Спокойно воспринимает замечания в свой адрес;</p> <p>- готов исправлять ошибки;</p> <p>- способен оценивать себя реальным достижениям;</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• адекватная</li> <li>• завышенная</li> <li>• заниженная</li> </ul>   | Тестирования «Несуществующее животное», «10 ступеней».  |
| 3.3. Организационно-волевые качества | <p>- Способен переносить физические нагрузки, преодолевать трудности (терпение);</p> <p>- активно побуждает себя к действию (воля);</p> <p>- контролирует свои поступки (самоконтроль).</p>                                      | <p><b>Красный цвет</b> – постоянно, самостоятельно;</p> <p><b>Желтый цвет</b> – проявляет периодически;</p> <p><b>Синий цвет</b> – под контролем</p>   | Наблюдение во время репетиций, выступлений, контрольных и открытых занятий.   |
| 3.4. Поведенческие качества          | <p>- Проявляет нравственно-этические нормы поведения: доброжелательность, уважение, терпимость, ответственность, установку на здоровый образ жизни, эстетический вкус;</p> <p>- способен к работе в коллективе.</p>              | <p><b>Красный цвет</b> – автоматически выполняет, основано на осознанном убеждении</p> <p><b>Желтый цвет</b> – ситуативное проявление, периодически нарушает</p> <p><b>Синий цвет</b> – выполняет под контролем старшего</p> | Наблюдение.<br>Социометрия.<br>КТД.<br>«Анкета обратной связи».   |
| 3.5. Творческая самореализация       | <p>- Участвует в создание творческого продукта индивидуально и в команде;</p> <p>- продуцирует собственные идеи, обрабатывает предложенные идеи;</p> <p>- участвует в творческих мероприятиях и хореографических постановках</p> | <p><b>Красный цвет</b> – самостоятельно и в команде активно включается в импровизационные и творческие задания, успешно участвует в конкурсах разного уровня, в творческих мероприятиях, проектах коллектива и ДЮОЦ.</p>     | Тест “Диагностика эмоциональной сферы детей через пластику, образность движений”.<br>Конкурсы разных уровней.<br>Концерты.<br>Открытые занятия.<br>Итоговые отчёты. |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | <p><b>Желтый цвет</b> - включается в импровизационные и творческие задания только в команде, не занимает активную позицию; редко участвует в конкурсах разного уровня.</p> <p><b>Синий цвет</b> – не принимает участие в творческой деятельности.</p> |  |
|--|--|---|--|

### Приложение 11

Диагностическая карта личностного развития детей 4 лет  
2020 – 2021 учебного года

|     | Фамилия Имя        | Танцевально-двигательные техники |   |   |       |                    |   | Телесно-ориентированные техники |       |   |   |   |       |                  |   |   |       | Результат года |                             |   |   |       |
|-----|--------------------|----------------------------------|---|---|-------|--------------------|---|---------------------------------|-------|---|---|---|-------|------------------|---|---|-------|----------------|-----------------------------|---|---|-------|
|     |                    | Музыкальное исполнение движений  |   |   | Итого | Гибкость, растяжка |   |                                 | Итого | Пространственная ориентация (координация) |   |   | Итого | Память, внимание |   |   | Итого |                | Образное мышление, животные |   |   | Итого |
|     |                    | с                                | д | м |       | с                  | д | м                               |       | с   | д | м |       | с                | д | м |       |                | с                           | д | м |       |
| 1.  | Дель Александра    | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 2.  | Бабич Эмма         | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 3.  | Гециу Каталя       | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 4.  | Деревянных Ирина   | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 5.  | Киселева Анфиса    | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 6.  | Резинкина Людмила  | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 7.  | Сапьян Василиса    | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 8.  | Сашова Арина       | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 9.  | Филимонова Агния   | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 10. | Черепанова Алина   | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |
| 11. | Чувашова Анастасия | н                                | н | н |       | н                  | н | н                               |       | н   | н |   |       | н                | н |   |       | н              | н                           |   |   |       |

- Красный цвет – воспитанник выполняет все самостоятельно и правильно
- Желтый цвет – воспитанник выполняет с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.
- Синий цвет – воспитанник допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.
- С – сентябрь, Д – декабрь. М – май.

**Диагностическая карта  
личностного развития детей 5 лет  
2020 – 2021 учебного года**

|     | Фамилия Имя       | Ритмика                         |     |       |                    |     |       |                 |     |       | Танцевально-двигательные техники          |     |       |                  | Телесно-ориентированные техники |       |                       |     | Результат года |       |
|-----|-------------------|---------------------------------|-----|-------|--------------------|-----|-------|-----------------|-----|-------|---|-----|-------|------------------|---------------------------------|-------|-----------------------|-----|----------------|-------|
|     |                   | музыкальное исполнение движений |     | ИТОГО | гибкость, растяжка |     | ИТОГО | корпус (апломб) |     | ИТОГО | пространственная ориентация (координация) |     | ИТОГО | память, внимание |                                 | ИТОГО | импровизация животные |     |                | ИТОГО |
|     |                   | дек                             | май |       | дек                | май |       | дек             | май |       | дек                                       | май |       | дек              | май                             |       | дек                   | май |                |       |
| 1.  | Александрова Саша | Ж                               | К   |       | Ж                  | К   |       | Ж               | К   |       | К   |     |       | К                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 2.  | Богданова Настя   | С                               | С   |       | Ж                  |     |       | Ж               |     |       | Ж   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 3.  | Губина Екатерина  | Ж                               | Ж   |       | С                  |     |       | Ж               |     |       | Ж   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 4.  | Квашнина Рита     | К                               | К   |       | С                  |     |       | Ж               |     |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 5.  | Конюх Екатерина   | С                               | С   |       | С                  |     |       | Ж               |     |       | Ж   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 6.  | Коновалова Настя  | Ж                               | Ж   |       | С                  |     |       | Ж               | К   |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 7.  | Мубинова Юлия     | К                               | К   |       | С                  |     |       | Ж               | К   |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 8.  | Мырина Таисия     | Ж                               | Ж   |       | С                  |     |       | Ж               | Ж   |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 9.  | Поздняк Варвара   | Ж                               | К   |       | К                  |     |       | Ж               | Ж   |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |
| 10. | Проскура Милана   | Ж                               | Н   |       | Ж                  | Н   |       | С               | Н   |       | Ж   | Н   |       | Ж                | Н                               |       | Ж                     | Н   |                |       |
| 11. | Проскура Ярослава | Ж                               | Н   |       | Ж                  | Н   |       | С               | Н   |       | Ж   | Н   |       | Ж                | Н                               |       | Ж                     | Н   |                |       |
| 12. | Семенова Мария    | К                               | Ж   |       | С                  |     |       | К               | Ж   |       | К   |     |       | Ж                |                                 |       | Ж                     |     |                |       |



- Красный цвет – воспитанник выполняет все самостоятельно и правильно.
- Желтый цвет – воспитанник выполняет с незначительными ошибками, частично обращается за помощью к педагогу.
- Синий цвет – воспитанник допускает много ошибок, не может выполнить задания без помощи педагога.
- Д – декабрь. М – май