

Департамент образования администрации Тутаевского муниципального района
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Созвездие» ТМР

Принята на заседании
научно-методического совета
от « 04 » 05 20 22 г.
Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУДО «ЦДО «Созвездие»
И.В. Кочина
« 04 » 05 20 22 г.



**Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Хореографический интенсив
«Истории, рассказанные телом»**

Возраст обучающихся 11-15 лет

Срок реализации 10 дней: с 06.06.2022 по 17.06.22

Очная

Автор - составитель:
Ларионова Юлия Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Тутаев
2022

Содержание

Раздел:	Стр.
Пояснительная записка	3
Содержание Программы	11
Формы аттестации и оценочные материалы	25
Организационно-педагогические условия реализации Программы	30

Пояснительная записка

Лето является своего рода неким мостом между завершающимся учебным годом и предстоящим. С одной стороны, такой мост как нельзя более благоприятен для развития творческого потенциала обучающихся, совершенствования их личностных возможностей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности. С другой – в хореографическом искусстве уже накоплено множество эффективных средств для разностороннего развития личности, каждое из которых имеет свое положительное влияние на ребенка. Поэтому хореографический интенсив с углублением в творческое развитие танцовщиков, в познание собственного «Я», может послужить совершенствованию танцевальных навыков, накоплению нового опыта, разгрузить мышцы и связки, а также заложит фундамент для профориентации подрастающего поколения.

В современном российском обществе, опирающемся на информационные и интеллектуальные технологии, возрастает потребность в людях неординарно мыслящих, творческих, активных, способных нестандартно решать поставленные задачи и формулировать новые, перспективные цели. Сегодня нужны интеллектуально развитые и высококвалифицированные граждане, которые в будущем смогут определять пути развития страны.

Соответственно, общество нуждается в системе образования, способной подготовить человека, отличающегося высоким уровнем творчества и профессионализма.

Актуальность индивидуальной работы с одаренными обучающимися определяется рядом обстоятельств.

Во-первых, необходимость раннего выявления и развития одаренных детей отражена в «Концепции общенациональной системы выявления и развития молодых талантов», утвержденной Президентом Российской Федерации 3 апреля 2012 года. Также учитывая, что одна из задач

«Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. – регионализация образовательного пространства и развитие региональных систем образования, решение различных проблем обучения и воспитания, в том числе обеспечение системной работы с одаренными детьми в условиях конкретных территорий, приобретает особый смысл и значимость.

Во-вторых, осознание обществом «человеческого потенциала» как важнейшей цели и основного ресурса исторического развития. Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что прогресс цивилизации во многом зависит от одаренных людей. Однако, несмотря на то, что самые большие надежды на улучшение жизни и будущее всей планеты связаны именно с творчески мыслящими молодыми людьми, в детстве, зачастую, им не удается «раскрыться» и проявить свою индивидуальность.

В-третьих, ускорение динамики жизни, увеличение информационной и эмоциональной нагрузок на человека ставит перед ним и социальными институтами множество проблем, решение которых невозможно откладывать. Воспитание сегодня должно быть, прежде всего, воспитанием самостоятельности, творческой инициативы и социальной ответственности, которые друг без друга невозможны. В этой связи обучение и развитие одаренных и талантливых детей составляет идеальную «модель» творческого развития человека, что чрезвычайно важно и для образования.

Основная *отличительная черта* программы – это образовательная программа, предназначенная для обучения детей с повышенными образовательными потребностями в области хореографии, направленная на развитие их индивидуальных способностей.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она способствует развитию творческого мышления, креативности, раскрепощению психофизического аппарата обучающегося, привитию

навыков профессиональной деятельности, закрепляет опыт самостоятельного поиска пути решения сложных задач.

Основной принцип, заложенный в Программу – создание гармоничного творческого образа на основе индивидуальности ребенка.

Программа хореографического интенсива имеет ряд *отличительных особенностей*:

- соблюдения интересов обучающегося;
- индивидуализации и дифференциации;
- непрерывности, систематичности и последовательности;
- научности и интенсификации;
- междисциплинарной интеграции;
- творческой ориентированности;
- тесного взаимодействия;
- необходимость высокого уровня самоконтроля и мотивированности участников;
- соотнесения уровня актуального развития и зоны ближайшего развития;
- опоры на подростковую субкультуру;
- краткосрочность.

Характерные черты программы:

- интенсивное обучение;
- создание обогащенной предметной и образовательной среды, способствующей развитию одаренности ребенка;
- психолого-педагогическая поддержка;
- использование новых образовательных технологий;
- совместная работа педагога и обучающихся.

Адресат Программы

Содержание Программы рассчитано на детей 5-8 классов базовых образовательных организаций. Все они – обучающиеся различных

хореографических коллективов Тутаевского муниципального района, имеющих базовую танцевальную подготовку.

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации Программы хореографического интенсива – образовательно-коммуникативная, очная. Продолжительность одного занятия составляет 45 минут, общая продолжительность занятий в день – не более 4 академических часов, с приемлемыми промежутками для отдыха и перерывом на обед. Продолжительность программы – 10 дней. Численность группы 20 человек.

Методы организации занятий

- Словесные методы: объяснение, беседа, диалог, лекция, анализ и обсуждение, комментарии по ходу исполнения.
- Методы практико-ориентированной деятельности: упражнения, тренинги.
- Методы проблемного обучения: постановка проблемных вопросов, самостоятельный поиск ответов обучающимися на поставленную проблему.
- Проектные методы обучения: создание индивидуальных творческих работ.
- Метод игры: все виды игр на развитие пластики, стимулирование воображения, тренировку памяти и внимания, развитие актерских способностей, сплочение коллектива.
- Наглядный метод обучения: образный показ педагога, фотографии, демонстрационные работы, видеоматериалы.
- Проведение занятий с использованием средств искусства: изучение отечественного и мирового наследия хореографического искусства.

Типы занятий:

- изучение нового и закрепление изученного;
- практическая работа;

- беседа;
- самостоятельная работа;
- проблемное обучение;
- тренинг;
- репетиция;
- творческая мастерская;
- творческий отчет.

Программа составлена с учетом нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11).
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта педагог дополнительного образования детей и взрослых».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

7. Методические рекомендации «Разработка программ дополнительного образования детей. Часть 1. Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: методические рекомендации - Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2016.- 60с.
8. Положение о порядке разработки и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Созвездия» Тутаевского муниципального района (далее Центр «Созвездие»);
9. Устав Центра «Созвездие».

Таблица 1

«Распорядок дня хореографического интенсива»

Время	Форма занятия
07:50-8:00	Общий сбор
08:15-09:00	Завтрак
09:00-09:45	Разминка на стадионе
10:00-10:45; 10:50-11:35	1 цикл занятий
12:00-13:00	Обед
13:00-13:45; 13:50-14:35	2 цикл занятий
14:40-15:00	Подведение итогов дня

Цель, задачи Программы

Цель Программы хореографического интенсива – формирование и развитие социально-образовательного пространства в каникулярное время, направленного на помощь в профориентации обучающихся, посредством вовлечения их в художественно-творческую деятельность.

*Задачи:*Обучающие:

- способствовать расширению объема знаний о различных видах двигательной активности, освоению техники движения;
- обучать основным методам и приемам композиции и постановки танца;
- содействовать овладению навыками импровизации;
- помощь в подборе специальной литературы и совместный анализ ее после прочтения;
- изучение новых стилей танца;
- углубленное изучение истории хореографии, основные деятели и практики современной хореографии.

- научить способам самомассажа и приемам мышечного расслабления.

Развивающие:

- способствовать гармоничному развитию творческого потенциала личности посредством хореографического искусства;
- развивать мышечные ощущения, моторно-двигательную память, чувственно-образное мышление, пластическую подвижность;
- содействовать сохранению и укреплению здоровья детей;
- помогать в расширении собственных возможностей, пластического разнообразия;
- развивать танцевальные, музыкальные, артистические и другие творческие способности каждого обучающегося.

Воспитательные:

- создавать психолого-педагогические условия для воспитания волевых качеств: самостоятельность, самоконтроль, целеустремленность, настойчивость;
- развивать умение анализировать собственную творческую деятельность;
- воспитание тонкого эстетического и художественного вкуса;
- приобщение к разнообразию мира художественной культуры;
- понимание ценности здорового образа жизни, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей;
- помощь в реализации собственных целей.

Содержание программы

Учебный (тематический) план					
№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практик а	
06.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	СФП	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
3	Мастер-класс: Сальса	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
4	Мастер-класс: Contemporary Dance	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
5	КПТ	1	0.9	0.1	Беседа
ИТОГО:		5	2	3	
07.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	Актерское мастерство и импровизация	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
3	Актерское мастерство и импровизация	1	0.1	0.9	Педагогическо е наблюдение Самооценка
4	Работа с психологом: «Выразительные средства пластического языка. Или КАК я общаюсь через пластику...»	2	0.3	1.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
ИТОГО:		5	1.2	3.8	
08.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	СФП	1	0.3	0.7	Педагогическо

					е наблюдение Самооценка
	Мастер-класс: Contemporary Dance	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	Партнеринг и контактная импровизация	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	Творческая деятельность	1	0	1	Самооценка
ИТОГО:		5	1.1	3.9	
09.06.2022					
	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
	Мастер-класс: Зумба	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	Мастер-класс: Партерная классика	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	Актерское мастерство и импровизация	1	0.1	0.9	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	КПТ	1	0.9	0.1	Беседа
ИТОГО:		5	1.8	3.2	
10.06.2022					
	ОФП	1	0.2	0.8	Контрольно- измерительные тесты Самооценка: контроль пульса и дыхания
	Йога	1	0.3	0.7	Педагогическо е наблюдение Самооценка
	Принципы самомассажа	1	0.4	0.6	Педагогическо е наблюдение
	КПТ Видеолекция «Как танцевать, чтобы зритель тебя понимал?»	1	1	0	Беседа
	Творческая деятельность	1	0	1	Самооценка

ИТОГО:		5	1.9	3.1	
13.06.2022					
	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
	Мастер-класс: Vogue	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
	Мастер-класс: Hip-Hop	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
	МХК	1	1	0	Беседа Тестовое задание в Google-форме
	Творческая деятельность	1	0	1	Самооценка
ИТОГО:		5	1.8	3.2	
14.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	СФП	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Контрольно-измерительные тесты Самооценка
3	Мастер-класс: Contemporary Dance	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
4	Партнеринг и контактная импровизация	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
5	Актерское мастерство и импровизация	1	0.1	0.9	Педагогическое наблюдение Самооценка
ИТОГО:		5	1.2	3.8	
15.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания

2	Мастер-класс: Latina Solo	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
3	Самомассаж	1	0.4	0.6	Педагогическое наблюдение
4	Работа с психологом «Разговор с телом»	2	0.3	1.7	Самооценка
ИТОГО:		5	1.2	3.8	
16.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	Йога	1	0.3	0.7	Педагогическое наблюдение Самооценка
3	КПТ Видеолекция: «Разбор танцевальных постановок»	1	1	0	Беседа
4	МХК	1	1	0	Беседа Тестовое задание в Google-форме
5	Творческая деятельность	1	0	1	Самооценка
ИТОГО:		5	2.5	2.5	
17.06.2022					
1	ОФП	1	0.2	0.8	Контрольно-измерительные тесты Самооценка: контроль пульса и дыхания
2	Творческая деятельность	2	0	2	Самооценка
3	Творческие отчеты	2	0	2	Открытый класс-концерт
ИТОГО:		5	0.2	4.8	

Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1: ОФП (общая физическая подготовка)

Общая физическая подготовка (ОФП) – это всестороннее развитие физических способностей, не специфичных для избранного вида

двигательной активности, но так или иначе обуславливающих успех данной деятельности. ОФП направлена на общее развитие и укрепление организма танцовщика в целом и обеспечивает повышение функциональных возможностей всех органов и систем, развитие двигательной мускулатуры, улучшение координации, увеличение до требуемого уровня силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, исправление дефектов телосложения и осанки. Используются упражнения из различных видов спорта.

Задачи раздела:

- повышение и поддержание общего уровня функциональных возможностей организма;
- развитие всех основных физических качеств – силы, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости;
- устранение недостатков в физическом развитии.

Общая физическая подготовка создает функциональную базу развития специальной работоспособности и предшествует ей.

Теория: понятие ОФП, основные функции; правила выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика:

- разминка;
- стретчинг всех мышц и связок;
- упражнения на развитие мышц брюшного пресса, спины, ног и ягодиц, рук и плеч;
- метод круговых тренировок;
- тренировки с использованием стороннего веса;
- упражнения на развитие выносливости.

Раздел 2: СФП (специальная физическая подготовка)

Специальная физическая подготовка (СФП) направлена на развитие физических способностей, специфичных для исполнителей

современной хореографии. СФП должна состоять из упражнений, возможно более схожих по амплитуде движений, характеру и величине мышечных усилий, нагрузке на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, по психическим напряжениям и прочее с элементами современной хореографии.

Задачи раздела:

- развитие физических способностей, необходимых для исполнителя современной хореографии;
- повышение функциональных возможностей органов и систем, определяющих достижения в танцевании;
- развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях концертной деятельности.

Основными средствами специальной физической подготовки является активность, наиболее близкая к концертному, сценическому исполнению, а также некоторые дополнительные упражнения, сходные по своей двигательной структуре и характеру нервно-мышечных усилий с движениями в современной хореографии и, следовательно, направленные на специализированное развитие основных, «рабочих», групп мышц и ведущих функций.

Теория: понятие СФП, основные функции; правила выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика:

- «прогон»;
- перфоманс;
- упражнения на дыхание;
- упражнения на выработку танцевального шага;
- упражнения на увеличение высоты и легкости прыжка;
- танцевальная акробатика;

- упражнения на развитие вестибулярного аппарата для тренировки поворотов.

Раздел 3: Серия мастер-классов по хореографии

Урок профессионального мастерства по различным направлениям танца, проводимый специалистом в данном хореографическом направлении.

Задачи раздела:

- развитие специфических навыков в области хореографии;
- знакомство с различными танцевальными направлениями хореографии;
- профорентация;
- помощь в будущей профессиональной деятельности;
- развитие художественно-творческих способностей обучающегося;
- сохранение эмоциональной сферы обучающегося через возможность выразить себя в своем истинном «Я».

Теория: термины и понятия направлений хореографии; правила выполнения движений современной хореографии.

Практика:

- Contemporary Dance;
- Hip-Hop;
- Vogue;
- Latina Solo;
- Сальса;
- Зумба;
- Партерная классика;
- базовые упражнения в сложных комбинациях.

Раздел 4: Актёрское мастерство и импровизация

Актёрское мастерство – это умение, проживая какую-то роль, оставаться самим собой. Хороший танцовщик обязан перевоплотиться

и начать мыслить так же, как мыслит его герой, так же говорить и так же двигаться. В танцах, как в спектакле или кино, необходимо чувствовать образ. Следя за координацией и пластичностью, нужно уметь превращаться в людей, которые отличаются друг от друга своим характером и темпераментом. Поэтому владеть техникой актерского мастерства обязан любой танцор. Часто бывает так, что танец выглядит прекрасно, но складывается ощущение, что чего-то не хватает. И, глядя на танцоров, почему-то чувствуешь некоторое разочарование. Случается и обратное – хореографическая постановка не впечатляет, но артист настолько мастерски передает характер своего героя, что аудитория с восторгом и трепетом продолжает следить за игрой танцовщика. И секрет успеха такого выступления - актерское мастерство.

Хороший танец – это всегда история. Конечно, она рассказывается без слов, на языке движений, но все элементы классической театральной постановки в хорошем танце всегда присутствуют: осмысленное перемещение по сцене, использование декораций, реквизита и костюма, свет, звук, драматическая перипетия, актерская игра. И как раз последняя, создает большую часть впечатления зрителей от выступления. Если есть выразительная, чувственная подача, то зритель простит недочеты исполнительской техники. А вот холодная техничность ему понравится вряд ли.

В основе мастерства постановки лежит простой тезис: зрелище должно вызывать эмоциональную реакцию аудитории. Эта реакция может быть позитивной или негативной, но она должна быть. Хорошо все, что вызывает эмоции. Плохо то, что скучно. Осмысленная импровизация помогает танцовщику сделать свое выступление не скучным.

Задачи раздела:

- формирование танцевальной выразительности и чувственности;

- освоение образного языка;
- умение анализировать;
- развитие образного и ассоциативного мышления, фантазии;
- развитие осмысленной импровизации;
- стимулирование свободного проявления чувств, отвечающих содержанию музыки;
- умение выразить через движение свое эмоциональное состояние;
- выработка собственной манеры исполнения;
- расширение паттернов движения.

Теория: понятие и специфика актерского мастерства и импровизации; правила выполнения упражнений, тренингов.

Практика:

- принципы актерской психотехники;
- приемы активизации творческого мышления;
- методика обучения с элементами игры и импровизации;
- образно-метафорическое сравнение;
- эмоциональная выразительность при выполнении пластически-образных заданий;
- решение задач по системе К. С. Станиславского;
- работа со сверхзадачами.

Раздел 5: Партнеринг и контактная импровизация

Партнеринг – это техника, основанная на поддержках.

Контактная импровизация – это перемещение танцовщиков в пространстве, в соприкосновение друг с другом, в телесном контакте.

Обе эти техники делают танец более техничным, интересным, изящным.

Основное в партнеринге – правильное и точное распределение веса друг друга, что помогает избежать травматизма. Немаловажным

является умение чувствовать партнера, прислушиваться к нему и своим ощущениям, уметь отдавать и принимать вес, бережно относиться друг к другу.

Задачи раздела:

- развитие пространственного мышления, свободы движения;
- умение расслабляться, отказываться от излишнего мышечного напряжения, распределять свой вес;
- умение работать в паре, тройке, группе;
- развитие способности чувствовать настрой партнера.

Теория:

- техника безопасности;
- основные принципы взаимодействия.

Практика:

- простейшие поддержки;
- рычаги давления;
- перенос и удержание веса;
- различные способы взаимодействия.

Раздел 6: Йога

Система физических упражнений, способствующая управлению собственной психикой и физиологическими процессами организма. Йога – это религиозно-философское учение Индии, разработавшее систему и методы самопознания. Хотя изначально йога — это духовная практика, в хореографии духовность занимает её малую часть. Многие техники адаптируются под задачи учеников, и акцент делается на работу с телом и дыханием.

Задачи:

- улучшение концентрации внимания;
- развитие стрессоустойчивости;
- восстановление эмоционального фона;

- улучшение качества сна;
- укрепить физического здоровья.

Теория: техника безопасности, правила выполнения основных упражнений йоги, необходимость правильного дыхания, польза йоги

Практика:

- основные асаны (позы);
- дыхание.

Раздел 7: Самомассаж

Самомассаж – это одна из разновидностей массажа, в которой человек, производя давление на определенные участки собственного тела, повышает свой жизненный тонус, избавляется от усталости и спасает себя от возможных заболеваний.

Задачи раздела:

- обучать элементам массажа;
- повышать сопротивляемость организма к простудным заболеваниям, предотвращать простудные заболевания путем воздействия на активные точки;
- развивать интеллектуальные функции;
- развивать двигательную память;
- воспитывать бережное отношение к своему телу;
- улучшать коммуникативные навыки и тактильное восприятие.

Теория: основные правила выполнения, точки воздействия, направления

Практика:

- самомассаж при помощи рук;
- массаж с использованием специальных мячиков, валиков.

Раздел 8: КПТ (композиция и постановка танца)

КПТ изучает приемы и методы воплощения раскрытий музыкальной драматургии языком хореографии и пластических

образов. Предмет КППТ занимает одно из важных мест в профессиональном образовании будущих балетмейстеров и руководителей танцевальных коллективов.

Задачи раздела:

- познакомить с законами драматургии, научить из применять в хореографическом произведении

Теория: замысел хореографического произведения, работа с исполнителями, работа по созданию образа, работа с музыкальным материалом, композиционный план, рисунок танца, подбор лексики.

Практика:

- видеолекции;
- импровизационный многоугольник;
- партитура танца.

Раздел 9: МХК (мировая художественная культура)

Мировая художественная культура (МХК) – это вид общественной культуры, в основе которой лежит образно-творческое воспроизведение общества и людей, а также живой и неживой природы через средства, используемые профессиональным искусством и народной художественной культурой.

Задачи раздела:

- помощь в подготовке к дальнейшей профессиональной деятельности;
- развитие эмоционально-эстетического восприятия действительности;
- воспитание художественных потребностей;
- развитие зрительно-образной памяти, тонкого эстетического вкуса;
- духовно-нравственное обогащение;

- воспитание культуры восприятия произведений изобразительного, декоративно-прикладного искусства, архитектуры, дизайна, литературы, музыки, кино, театра.

Теория: история современной хореографии; ведущие хореографы и практики направлений.

Практика:

- видеолекции;
- выполнение заданий;
- прохождение тестов.

Раздел 10: Работа с психологом

Особая ценность и сила танца, его интеграционный смысл состоят в том, что все физический, эмоциональные, интеллектуальные и духовные процессы соединяются в единое действие. Когда инструментом и создателем танцевального произведения является тело человека. Танец позволяет человеку без риска высказать всё, что может и не может быть выражено словами, символически выражая человеческие возможности и конфликты. Но танец может быть «живым» и не «не живым». «Не живой» танец – это когда движения выполняются технически точно, а чувственности в них нет. Так и человек в танце может быть «живым» и «не живым». Тогда на помощь приходит психология. Психолог поможет выстроить прочный мостик между телом, головой и сердцем.

Задачи раздела:

- слушать и слышать своё тело;
- учиться экспрессии;
- учиться расслаблению и раскрепощению

Практика: психологические тренинги

- «Выразительные средства пластического языка. Или КАК я общаюсь через пластику...»

- «Разговор с телом»

Раздел 12: Творческая деятельность

Основным направлением творческой деятельности является постановочный процесс. Обучающиеся используют источник информации в зависимости от своих собственных потребностей и возможностей. Это свойство самостоятельной работы придаёт ей гибкий адаптивный характер, что значительно повышает ответственность обучающихся и как следствие – их личностный рост.

Задачи раздела:

- мотивация к самостоятельной работе;
- развитие художественно-творческих способностей;
- побуждение к творческому процессу;
- стимулирование творческого мышления;
- развитие творчества;
- помощь в профессиональном самоопределении.

Теория: композиция и постановка танца.

Практика:

- постановка танцевальных миниатюр;
- выступление на итоговом концерте.

Формы аттестации и оценочные материалы

Применяются различные формы аттестации: педагогическое наблюдение, самооценка, контрольно-измерительные тесты, анкетирование и тестирование в Google-формах, беседа, дискуссия, концерт, открытое занятие.

Оцениваемые параметры Направления мониторинга	Показатели	Формы, методы и краткое содержание	Сроки
Стабильность посещаемости занятий	Стабильность посещения занятий	<i>Педагогическое наблюдение</i> – контроль посещаемости занятий, фиксация пропусков, выяснение причин	Ежедневно на занятии
		<i>Анализ посещаемости по журналу</i> – стабильность работы на начало профильной смены и в конце	В течение профильной смены: 6.06. и 17.06
Мотивация обучающегося к профессиональной хореографической деятельности	Интерес обучающегося к профессиональной работе в хореографическом коллективе или индивидуально Желание участвовать в совместной и самостоятельной деятельности	<i>Профориентационное тестирование (онлайн):</i> – Тест Холланда – Тест на психотип – ДДО Е.А. Климова – Тест Потемкиной – Готовность к выбору профессии – Методика «Профиль» – Якоря карьеры – Определение профессиональных склонностей	В начале профильной смены В конце профильной смены
		<i>Работа с психологом</i>	По необходимости
		<i>Самооценка</i> – «Творческий дневник личностного роста»: самоанализ своей работы и мотивации к ней	В течение профильной смены
Общее и специальное физическое развитие	Уровень общей физической подготовленности обучающихся	<i>Тесты по общей физической подготовке</i> Набор контрольных упражнений, направленных на изучение уровня следующих показателей: – Выносливость (бег на стадионе на 500м, 1000м, 2000м и 3000м, в зависимости от уровня обучения) – Сила (отжимание; поднимание корпуса из положения «лежа на	В начале и в конце профильной смены

		спине»; поднятие корпуса из положения «лежа на животе»; поднятие и удержание ног из позиций лежа, сидя, на четвереньках, стоя; упражнение «планка» на локтях, на руках и боковая на время)	
		<i>Тесты по специальной физической подготовке</i> Контрольно-измерительные упражнения для определения уровня развития гибкости тела, направленные на: – Измерение пассивной гибкости (движения на растяжение под воздействием внешних растягивающих сил: усилия партнера, внешнее отягощение, специальные приспособления) – Измерение активной гибкости (движение на растяжение за счет собственной активности мышц) – Сравнительный метод между величинами пассивной и активной гибкости (более информативный показатель состояния суставного и мышечного аппарата обучающегося) – Оценивание уровня развитости голеностопного аппарата – Дыхание: контрольные упражнения «Воздушный шар», «Водолаз» – Танцевальный шаг: измерение ширины махового движения ноги вперед, в сторону, назад; измерение амплитуды танцевального шага на удержании вперед, в сторону, назад – Прыжок: измерение высоты прыжка относительно контрольной вертикальной поверхности; субъективное измерение легкости прыжка	В начале и в конце профильной смены
Развитость специфических танцевальных компетенций	Уровень практических умений и навыков, предусмотренных дополнительной общеобразовательной программой	<i>Открытое занятие</i> На открытом занятии обучающийся, чему научился за определенный промежуток времени, а педагог – как научил воспитанника специфическим навыкам и смог ли раскрыть его способности	В конце профильной смены
		<i>Класс-концерт</i> Итоговое открытое мероприятие, на котором обучающиеся показывают свои способности и навыки в совокупности видов искусства. Мероприятие, в котором принимают участие все участники профильной смены	В конце профильной смены

Теоретическая оснащенность	Уровень теоретических знаний по основным разделам программы	<i>Тесты (Google-формы)</i> – история современной хореографии – ведущие хореографы и практики направлений – основные термины и понятия – драматургия танца, композиция, рисунок, тема, идея, лексика	В конце профильной смены
Творческое развитие	Уровень развития творческих способностей обучающегося в процессе хореографической деятельности	<i>Импровизационное занятие</i> – Задания на импровизацию и контактную импровизацию (парнеринг) с целью изучения сформированности и развитости импровизационных навыков; через педагогическое наблюдение	В конце профильной смены
		<i>Самооценка</i> «Творческий дневник личностного роста»: работа с образами и характерами, самоанализ лексики и выразительности	В течение профильной смены
Личностное развитие	Уровень личностного развития обучающегося	<i>Организационно-волевые качества личности</i> Дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, самоконтроль – педагогическое наблюдение: позволяет произвести исследование независимо от готовности наблюдаемых субъектов, а также достичь многомерности охвата, то есть фиксации сразу по нескольким параметрам — например, вербального и невербального поведения – самооценка «Творческий дневник личностного роста»: представление обучающегося о своих достоинствах и недостатках <i>Поведенческие характеристики</i> Отношение обучающегося к своему месту и роли в коллективе, к конфликтам в группе, взаимоотношениям с педагогом; умение красиво и культурно говорить, способность обучающегося принимать участие в общем деле; ограничивать себя или проявлять инициативу; возможность работать самостоятельно и в сотворчестве с педагогом Формы и методы: – педагогическое наблюдение – самооценка «Творческий дневник личностного роста»:	В течение профильной смены

		представление обучающегося о своих достоинствах и недостатках	
--	--	---	--

Организационно-педагогические условия реализации

Программы

Материально-техническое обеспечение:

- Учебный кабинет для занятий площадью не менее 7*5 м², имеющий достаточное освещение, деревянный, паркетный или покрытый линолеумом пол
- Доступ на городской стадион
- Раздевалка для обучающихся (комната или помещение для смены одежды, обуви)
- Оборудование: зеркало на одной из стен сплошной площадью, 1 станок для разминки 180-100 см от пола, 30 см от стены, диаметр поручня – 5 см, скамейки, стол и полка для аппаратуры
- Музыкальная аппаратура для воспроизведения звуковых файлов
- Мультимедийное оборудование
- Гимнастические коврики
- Блоки для йоги
- Резина для растяжки
- Теннисные мячики
- Палка (или миофасциальный ролик) для массажа
- Специальная форма одежды для занятий

Информационное обеспечение:

- Наличие необходимых аудиофайлов для проведения занятий
- Доступ в интернет

Кадровое обеспечение

- Педагоги дополнительного образования, не ниже 1 квалификационной категории, специалисты в различных танцевальных направлениях
- Педагог-психолог
- Педагог-организатор

Показатели эффективности реализации программы:

1. Удовлетворенность обучающихся своей деятельностью.
2. Повышение и интереса к профессиональной хореографической деятельности.
3. Адаптация к социуму в настоящем времени и в будущем.
4. Повышение уровня владения обучающимися метапредметными и социальными компетенциями.