

**МУ ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ФУРМАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА**

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА
К УТВЕРЖДЕНИЮ
Протокол Методического совета
№ 1 от 27.08.2023г.
Председатель МС

А.П. Логинова

УТВЕРЖДАЮ
Директор внешкольного учреждения
Приказ № 352 от 29.08.2023г.
Л.Н. Гошадзе

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Русский танец – от традиций
до современности»»
(продвинутый уровень)**

Направленность: художественная
Профиль: хореография
Срок реализации: 3 года
Возраст обучающихся: 15-18 лет

Автор-составитель
Дородникова Светлана Владимировна,
педагог дополнительного образования

Фурманов-2023г.

I. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативная основа проектирования программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

3. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта “Педагог дополнительного образования детей и взрослых”».

4. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 г. № 52831) с изменениями и дополнениями (Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. №533).

5. Письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий» (Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 г. № ВБ-976/04).

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

8. Приказ Минпросвещения России №533 от 30.09.2020 г. О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196.

9. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденный протоколом президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3 сентября 2018 г. №10.

10. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманова.

11. Положение о дополнительной общеразвивающей программе в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманова.

12. Правила приема на обучение по дополнительным образовательным программам в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманов.

13. Положение о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МАУ ДО ЦДТ

14. Образовательная программа Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманова.

1.2. Актуальность программы

Проблема построения модели образовательного процесса на основе многовековых традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия, в частности, народной танцевальной музыки, является в настоящее время особенно актуальной.

К сожалению, в последнее время сложилась такая ситуация, что музыкальное искусство под влиянием активного вторжения рыночных механизмов встало на путь примитивизации и коммерциализации. Подросток начинает прини-

мать за музыку произведения народных исполнителей, чьё «искусство» ограничивается незамысловатыми мелодиями, избитыми ритмами. Его уже в раннем возрасте программируют на одностороннее, упрощённое мирозерцание. Избежать этой ситуации можно, если музыкальное воспитание детей осуществлять с опорой на традиции народной музыки и танцевального искусства. Входя в мир народной музыки и танцев, подросток подсознательно ощутит в себе «зов предков». Характерные для русской народной культуры звуки, тембры, орнаменты, движения, мелодии «пронизывают его насквозь». Ребенок осознаёт себя неотъемлемой частью своего общества, своей культуры. Доступность народных танцев, привлекательность и лёгкость движений принесут обучающимся радость, создадут предпосылки для дальнейших занятий музыкой и танцами, сформируют интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью занятий по программе можно определить глубокую интеграцию с занятиями по русскому танцу. Образовательный материал сгруппирован по степени возрастающей сложности по годам обучения. Программа составлена с учетом мотивации, интересов и возрастных особенностей обучающихся. Занятия по русскому танцу состоят из экзерсиса у станка и на середине зала основаны на практико-деятельностном и личностно-ориентированном подходе к образованию.

Уровень программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский танец – от традиций до современности» соответствует продвинутому уровню сложности и предполагает организацию материала, обеспечивающего доступ к сложным и специфическим знаниям и навыкам в рамках содержательно-тематического направления программы, а также предполагает изучение профессиональных знаний в данном виде деятельности.

1.3. Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Русский танец – от традиций до современности» относится к программам художественной направленности (приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 п.9).

1.4. Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей и подростков 14-17 лет, мотивированных на занятия хореографическим искусством, имеющих достаточную физическую подготовку и определенные данные, необходимые для занятий танцами.

В результате обучения по данной программе, выпускником студии является личность:

1. Имеющая глубокие знания, умения, навыки по основным направлениям в хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризующаяся развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентированная на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
4. Стремящаяся к творческой самореализации.
5. Имеющая потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. С развитыми коммуникативными способностями, танцевальным, художественным вкусом.

1.5. Форма обучения и формы организации образовательного процесса

Форма обучения по программе – очная, с использованием дистанционных технологий.

Формы организации образовательного процесса: фронтальные (изучение новой темы), групповые (изучение танцевальных номеров), индивидуальные (при постановке сольного номера или отработке танцевальных номеров).

1.6. Объем программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский танец – от традиций до современности» предусматривает 144 учебных часа для всех учебных групп в период с сентября по май.

Наполняемость групп: 10-15 человек.

Заниматься в студии могут обучающиеся, прошедшие обучение по образовательной программе «Русский танец – от традиций до современности», либо обучающиеся, имеющие достаточную хореографическую подготовку, которые проявляют интерес к танцевальному искусству или имеют определенные хореографические способности. Обязательным условием при наборе детей в группы является наличие медицинского заключения и допуск врача-педиатра.

При комплектовании учебных групп учитывается общефизическая подготовка и возраст желающих заниматься. При этом главным образом определяется уровень развития психических и физических качеств обучающихся.

1.7. Срок реализации программы

Программа «Русский танец – от традиций до современности» рассчитана на 3 года обучения и построена на основе изучения трёх видов русского танца: хоровод, пляска, массовый пляс. Программа содержит хореографический материал, разработанный на основе древнейших видов русских народных танцев, изучает более сложную технически хореографическую лексику.

1.8. Режим занятий

Занятия в группах проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья и степени физического развития участников коллектива.

Академическая продолжительность занятия – 1ч.40 мин. (2 занятия по 45 минут, 10 минут перерыв между занятиями).

2. Обучающий блок

2.1. Цель, задачи программы

Цель программы - углубленное изучение народного хореографического искусства и развитие личности обучающегося, способного к творческому самовыражению.

Освоение программы и достижение поставленной цели образовательного процесса предполагают решение предметных, метапредметных, личностных задач:

2.1.1. Предметные (образовательные) задачи:

- совершенствование навыков танцевального искусства;
- совершенствование навыков исполнения русского народного, классического танцев;
- включение обучающихся в активную познавательную деятельность;
- совершенствование навыков актерского мастерства (красоты движений, умения создавать художественный образ).

2.1.2. Метапредметные (развивающие) задачи:

- развитие музыкального слуха, чувства ритма и такта;
- развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, подвижности связок и координации движений;
- развитие эстетического вкуса, чувства гармонии и меры;
- развитие основных функций мышления (анализа, рефлексии);
- развитие мотивации к хореографическому искусству;
- развитие потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности.
- развитие познавательного интереса к хореографическому искусству.

2.1.3. Личностные (воспитательные) задачи:

- формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- воспитание трудолюбия, ответственности;
- воспитание умения работать в коллективе;

- воспитание уважения к результатам своего и чужого труда.

2.2. Содержание программы

2.2.1. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2	Классический танец	36	10	26	Тестирование, показательное выступление
3	Хоровод – один из основных жанров русского народного танца.	36	6	30	Парный показ
4	Основные фигуры хороводов	24	4	20	Показательные выступления
5	Местные особенности исполнения хороводов различных регионов России	10	2	8	Показательное выступление
6	Народный танец	32	8	24	Творческая работа
8	Аттестация обучающихся	2	-	2	Тестирование, показательное выступление
9	Итоговое занятие	2	-	2	Танцевальная импровизация
ИТОГО:		144ч.	32ч.	112ч.	

2 год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2	Классический танец	36	10	26	Тестирование, показательное выступление
3	Пляска – один из основных жанров русского народного танца	22	-	22	Парный показ
4	Характерные черты исполнения русской народной пляски	10	2	8	Творческая работа
5	Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски.	22	6	16	Показательное выступление
6	Выходка. Проходка.	18	8	10	Творческая работа
7	Народный танец	30	4	26	Показательное выступление
9	Аттестация обучающихся	2	-	2	Тестирование, показательное выступление
10	Итоговое занятие	2	-	2	Танцевальный батл
ИТОГО:		144ч.	32ч.	112ч.	

3 год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2	Классический танец	22	8	14	Тестирование, показательное выступление
3	Массовый пляс	20	-	20	Парный показ
4	Местные особенности исполнения групповых плясок	16	2	14	Творческая работа
5	Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски.	18	6	12	Показательное выступление
6	Русская кадрили. Формы построения кадрилей	18	8	10	Самостоятельная работа
7	Местные особенности построения кадрилей	16	4	12	Показательные выступления
8	Народный танец	28	8	20	Творческая работа
9	Аттестация обучающихся	2	-	2	Тестирование, показательное выступление
10	Итоговое занятие	2	-	2	Танцевальный марафон
ИТОГО:		144ч.	38ч.	106ч.	

2.2.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (2ч.)

Теория (2ч.): техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах.

Форма контроля: опрос.

Тема 2. Классический танец (36ч.)

Теория (10ч.): Техника исполнения классического экзерсиса.

Практика (26ч.): формирование навыков выполнении упражнений классического танца: станок (Temps releve на 45°; Petit battement на полупальцах; Arabesques;), середина (позы классического танца на 90°: Attitude; Arabesques на 90°; Элементарное adagio; Temps lie вперед; Temps lie назад), прыжки (Grand changement de pied; Grand echape; Jete в маленьких позах; Pas echape на одну

ногу; Pas assemde в позах), пуанты (Pas sus-sous, Pas de bourre на пальцах; Assemde soutenu; Pas glissade на пальцах; Sissonne simple на пальцах).

Формы контроля: тестирование, показательное выступление.

Тема 3. Хоровод – один из основных жанров русского народного танца (36ч.)

Теория (6ч.): понятие «танцевальный ход». Техника танцевального хода в хороводе.

Практика (30ч.): Ходы: шаркающий – скользящий; ход уральской «Шестеры»; ход сибирской восьмерки; воронежский девичий ход; ход саратовской пляски «Карачанка». Характеристика и определение хоровода. Примеры игровых хороводов.

Форма контроля: парный показ.

Тема 4. Основные фигуры хороводов (24ч.)

Теория (4ч.): техника исполнения орнаментальных хороводов.

Практика (20ч.): Примеры орнаментальных хороводов: круг, два круга, «круг в круге», «корзиночка», «восьмёрка», «улитка», «змейка», колонна, стенка, «воротики», «гребень».

Форма контроля: показательные выступления.

Тема 5. Местные особенности исполнения хороводов различных регионов России (10ч.)

Теория (2ч.): технические особенности исполнения хороводов в различных регионах России.

Практика (8ч.): Примеры исполнения хороводов: Север России, Средняя полоса России, Юг России. Упражнения на координацию в танце, как в отдельных элементах, так и в танцевальных комбинациях.

Форма контроля: показательные выступления.

Тема 6. Народный танец (32ч.)

Теория (8ч.): техника исполнения народно-сценического экзерсиса у станка в более сложной форме.

Практика (24ч.): совершенствование техники выполнения народно-сценического экзерсиса у станка: Demi plie - с наклоном корпуса, быстрое, Grand plie - основной вид, с наклоном корпуса, Battement tendu с Passé par terre на 45° с работой пятки, Rond de jambe par terre с demi plie и поворотом пятки опорной ноги, Каблучные упражнения низкие с поочередным переводом ноги с пятки на носок и обратно, Battement fondu - высокие развороты ноги медленные, Дробные выстукивания по VI-ой позиции, Flik-flak с подскоком на опорной ноге, с переступанием и наклоном корпуса, подготовка к «веревочке» с подъемом на полупальцы, дробные выстукивания: - одинарные удары всей ступней с подскоком и переступаниями; на середине: Двойная дробь(на sou de pied), «Елочка», «Гармошка», «Веревочка».

Форма контроля: творческая работа.

Тема 7. Аттестация обучающихся (2ч.)

Практика (2ч.): отчетный концерт коллектива.

Формы контроля: тестирование, показательное выступление.

Тема 9. Итоговое занятие (2ч.)

Практика (2ч.): танцевальная импровизация.

Форма контроля: танцевальная импровизация.

2 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (2ч.)

Теория (2ч.): техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах.

Форма контроля: опрос.

Тема 2. Классический танец (36ч.)

Теория (10ч.): Техника исполнения классического экзерсиса

Практика (26ч.): формирование навыков выполнении упражнений классического танца: станок (Temps releve на 45°; Petit battement на полупальцах; Arabesques;), середина (позы классического танца на 90°: Attitude; Arabesques на 90°: Элементарное adagio; Temps lie вперед; Temps lie назад), прыжки (Grand

changement de pied; Grand echape; Jete в маленьких позах; Pas echape на одну ногу; Pas assemde в позах), пуанты (Pas sus-sous, Pas de bourre на пальцах; Assemde soutenu; Pas glissade на пальцах; Sissonne simple на пальцах).

Формы контроля: тестирование, показательное выступление.

Тема 3. Пляска – один из основных жанров русского народного танца (22ч.)

Практика (22ч.): Отличительные черты исполнения пляски. Песня и музыкальное сопровождение пляски. Импровизация – характерная черта русской пляски. Парная пляска.

Форма контроля: парный показ.

Тема 4. Характерные черты исполнения русской народной пляски (10ч.)

Теория (2ч.): Образ русского человека в пляске.

Практика (8ч.): Игра «Ярмарка». Одиночная пляска. Парная пляска. Групповая пляска.

Форма контроля: творческая работа.

Тема 5. Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски (22ч.)

Теория (6ч.): техника исполнения традиционного русского перепляса.

Практика (16ч.): Перепляс – форма построения традиционного русского перепляса. Появление частушек в переплясе.

Форма контроля: показательное выступление.

Тема 6. Выходка. Проходка (18ч.)

Теория (8ч.): Понятие «выходка» как конкретное, индивидуальное, импровизируемое движение в различных плясках. Общее понятие выходки как единого стиля, единой манеры исполнения одиночной пляски и ее различных движений и приемов, объединенных индивидуальностью и характером исполнения.

Практика (10ч.): Проходка как индивидуальное, импровизированное движение в различных плясках, исполняющееся обязательно в продвижении. Проходка как определенная часть пляски.

Форма контроля: творческая работа.

Тема 7. Народный танец (30ч.)

Теория (4ч.): техника исполнения народно-сценического экзерсиса у станка в более сложной форме

Практика (26ч.): совершенствование техники выполнения народно-сценического экзерсиса у станка: Demi plie - с наклоном корпуса, быстрое, Grand plie - основной вид, с наклоном корпуса, Battement tendu с Passé par terre на 45° с работой пятки, Rond de jambe par terre с demi plie и поворотом пятки опорной ноги, Каблучные упражнения низкие с поочередным переводом ноги с пятки на носок и обратно, Battement fondu - высокие развороты ноги медленные, Дробные выстукивания по VI-ой позиции, Flik-flak с подскоком на опорной ноге, с переступанием и наклоном корпуса, подготовка к «веревочке» с подъемом на полупальцы, дробные выстукивания: - одинарные удары всей ступней с подскоком и переступаниями; на середине: Двойная дробь (на sou de pied), «Елочка», «Гармошка», «Веревочка».

Форма контроля: показательное выступление.

Тема 8. Аттестация обучающихся (2ч.)

Практика (2ч.): отчетный концерт коллектива.

Формы контроля: тестирование, показательное выступление

Тема 9. Итоговое занятие (2ч.)

Практика (2ч.): танцевальный батл.

Форма контроля: танцевальная импровизация.

3 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (2ч.)

Теория (2ч.): техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах.

Форма контроля: опрос.

Тема 2. Классический танец (42ч.)

Теория (10ч.): Техника исполнения классического экзерсиса.

Практика (32ч.): формирование навыков выполнения упражнений классического танца: Станок (Поворот на 360⁰, Pas coupe, Полуповороты en dedans и en dehors с подменной ног. Полуповороты en dedans и en dehors с подменной ног на полупальцах), середина (IV и V Port de bras, Pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону, без перемены ног на effasee, Подготовительное упражнение к турам), прыжки (Pasgrand echange в IV позицию в позу croisee, Pas grand echange в IV позицию в позу efface, Temps leve soute на одной ноге, Petite sissonne ouvert в позах), Сценические движения (sissonne в первый arabesque), Упражнения на пальцах (Temps lie на пальцах вперед, Temps lie назад, Pas suivi).

Формы контроля: тестирование, показательное выступление.

Тема 3. Массовый пляс (20ч.)

Практика (20ч.): Фигуры пляски: «звездочка», «шен» (перехватка), «карусель», «челнок» («качели»), «ручеек», «волна». Групповая пляска.

Форма контроля: парный показ.

Тема 4. Местные особенности исполнения групповых плясок (16ч.)

Теория (2ч.): Примеры исполнения групповых плясок (фрагменты) различных областей России.

Практика (14ч.): Дроби: дробь в «три» листика (жен.); дробь «хромого» (муж.). Комбинированные вращения: дробью (жен.); с «хлопками» (муж.); с «моталочкой».

Форма контроля: творческая работа.

Тема 5. Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски (22ч.)

Теория (6ч.): Происхождение кадрили, ее появление в России как бального танца. Превращение салонной кадрили в один из видов русской народной пляс-

ки. Огромное разнообразие манеры исполнения кадрили в различных местностях и областях России.

Практика (16ч.): «Веревочка» с переборами тройная; «Косичка»; «Ключи» - смешанные. «Закладки» с продвижением; «Закладки» на месте; Вращения.

Форма контроля: показательное выступление.

Тема 6. Русская кадриль. Формы построения кадрили (28ч.)

Теория (8ч.): Деление кадрили на группы, по форме их построения: квадратные (угловые или по углам), линейные (двухрядные), круговые.

Практика (20ч.): Примеры исполнения кадрили или фрагментов: Квадратные – Саратовская кадриль, Сибирская кадриль. Линейные – «Зеленгинская кадриль» (Астраханская обл.). Круговые – «Галя» (Брянская обл.), «Кубанская круговая».

Форма контроля: самостоятельная работа.

Тема 7. Местные особенности построения кадрили (26ч.)

Теория (8ч.): техника исполнения кадрили с учетом их территориальных особенностей.

Практика (18ч.): «Ползунок» - вперед, в сторону в полном приседе. Вращение: на полупальцах (с продвижением по диагонали); бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте по диагонали, с продвижением по кругу). Дроби: «разговорная» женская; дробь мужская с хлопками (комбинированная). Прыжки «щучка» - прыжок через ногу.

Форма контроля: показательные выступления.

Тема 8. Народный танец (56ч.)

Теория (28ч.): техника исполнения народно-сценического экзерсиса у станка в более сложной форме.

Практика (28ч.): совершенствование техники выполнения народно-сценического экзерсиса у станка (Battement fondu -, высокие развороты ноги быстрые, Flik-flak – с соскоком на полупальце опорной ноги, Подготовка к веревочке: - с поворотом согнутой в колене ноги к станку и от станка, с поворо-

том колена и подъемом на полупальцы, *Battement releveant* - основной вид, *demi plie* на опорной ноге, *Grand battement* - основной вид, с *demi plie*, «сквозные броски», *Battement developpe* с ударом пятки опорной ноги), середине («Моталочка», Ковырялочка», Одинарная дробь, Двойная дробь(с высоким подниманием бедра).

Форма контроля: творческая работа.

Тема 9. Аттестация обучающихся (2ч.)

Практика (2ч.): отчетный концерт коллектива.

Формы контроля: тестирование, показательное выступление.

Тема 10. Итоговое занятие (2ч.)

Практика (2ч.): танцевальный марафон.

Форма контроля: танцевальная импровизация.

2.3. Планируемые результаты

2.3.1. Требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся

Год обучения	Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь
1 год	<ul style="list-style-type: none"> - техника исполнения орнаментальных хороводов; - технические особенности исполнения хороводов в различных регионах России. 	<ul style="list-style-type: none"> - исполнять элементы классического и народного экзерсиса; - исполнять орнаментальные фигуры хороводов; - исполнять хороводы различных регионов России.
2 год	<ul style="list-style-type: none"> - отличительные черты исполнения пляски; - техника исполнения традиционного русского перепляса; 	<ul style="list-style-type: none"> - исполнять элементы классического и народного экзерсиса; - создавать образ русского человека в пляске; - исполнять одиночную, парную, групповую пляски.
3 год	<ul style="list-style-type: none"> - фигуры, формы построения массовой пляски; - технику исполнения массовой пляски, различной по форме, характеру, настроению. 	<ul style="list-style-type: none"> - исполнять фигуры пляски: «звездочка», «шен» (перехватка), «карусель», «челнок» («качели»), «ручеек», «волна»; групповую пляску; - дробь: дробь в «три» листика (жен.); дробь «хромого» (муж.); - комбинированные вращения: дробью (жен.); с «хлопками» (муж.); с «моталочкой»; - исполнять кадрили различной формы: квадратные (угловые или по углам), линейные (двухрядные), круговые; - исполнять классический и народный экзерсис.

2.3.2. Компетенции и личностные качества, сформированные у детей в процессе обучения по программе

Программа ориентирована на конкретный практический результат и нацелена на формирование следующих ключевых компетенций обучающихся:

Социально – трудовых компетенций:

- способность к осознанному профессиональному самоопределению;
- социальная мобильность.

Личностного самоопределения:

- умение заботиться о своем здоровье;
- знание основ безопасной жизнедеятельности;
- культура мышления и поведения.

Учебно-познавательных компетенций:

- владение способами организации целеполагания, планирования, анализа, рефлексии.

Общекультурных компетенций:

- знание культурологических основ семейных, социальных явлений и традиций;
- соблюдение этики.

Коммуникативных компетенций:

- умение работать в группе, коллективе.

2.3.3. Личностные, метапредметные и предметные результаты, приобретенные обучающимися по итогам освоения программы

Освоение данной программой обеспечивает достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла обучения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе и в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- освоение умения осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации;

- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

- готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

Предметные результаты:

- усвоение первоначальных представлений о материальной культуре как продукте предметно-преобразующей деятельности человека;
- приобретение навыков исполнения движений, композиций народного танца;
- использование приобретенных знаний и умений для творческого решения несложных дизайнерских, организационных задач.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.4. Формы аттестации, оценочные материалы

Аттестация обучающихся танцевальной студии «Россияночка» проводится в соответствии с Положением о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МАУ ДО ЦДТ.

Аттестация обучающихся проводится с целью контроля за выполнением дополнительной общеобразовательной программы «Русский танец – от традиций до современности», повышения ответственности педагога за результаты образовательного процесса и включает в себя следующие этапы: начальная, промежуточная, итоговая.

Начальная аттестация проводится с целью выявления уровня подготовки (для обучающихся первого года обучения) и определения уровня остаточных знаний (для обучающихся второго и последующих годов обучения). Начальная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится как оценка результатов обучения за определенный промежуток учебного времени – в конце учебного года. Промежуточная аттестация проводится с обучающимися групп 1-4 годов обучения, сроки проведения аттестации – с 10 по 25 мая текущего учебного года. Формы проведения аттестации: теоретические знания проверяются путем решения тестовых заданий; практические умения и навыки воспитанники демонстрируют на отчетном концерте студии. По итогам аттестации педагог оформляет протокол результатов аттестационных испытаний. По результатам аттестационных испытаний обучающиеся переводятся на следую-

щую ступень обучения по данной программе, либо остаются на прежней ступени обучения.

Итоговая аттестация проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы. Итоговую аттестацию проходят обучающиеся учебных групп 5 года обучения в период с 05 по 25 мая текущего учебного года. Формы проведения итоговой аттестации: теоретические знания проверяются путем решения тестовых заданий; практические умения и навыки воспитанники демонстрируют на отчетном концерте студии. По результатам прохождения аттестационных испытаний, обучающиеся выпускаются из танцевальной студии.

Оценочные материалы

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие критерии для всех этапов обучения, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются:

- с достижениями других (социальная соотносительная норма);
- с прежними результатами того же обучающегося (индивидуальная соотносительная норма);
- с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Основными методами текущего контроля являются: метод скрытого педагогического наблюдения, открытые занятия для родителей, участие в музыкальных спектаклях, концертные выступления обучающихся.

В основе промежуточного и текущего контроля лежит десятибалльная система оценка успеваемости.

Уровни владения навыками приводятся в соответствие с баллами по следующей шкале:

Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Уровень владения навыками	низкий					средний			высокий	

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
Балетные данные	<ul style="list-style-type: none"> - осанка - выворотность - танцевальный шаг - подъем стопы - гибкость - прыжок
Музыкально-ритмические способности	<ul style="list-style-type: none"> - чувство ритма - координация движений - нервная - мышечная - двигательная - музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная выразительность - создание сценического образа

Оценке и контролю результатов обучения подлежат:

1) осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки - позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

2) выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

3) подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

4) танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

5) гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижности определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

6) прыжок – его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

7) координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

8) музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

9) эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки

Параметр	Уровни		
	Высокий	средний	низкий
Балетные данные	хорошая осанка	не очень хорошая осанка	плохая осанка
	отличная выворотность (в бедрах, голени, стопах)	выворотность в 2 из 3 суставов	выворотность 1 из 3 суставов
	танцевальный шаг от 120 ⁰	танцевальный шаг 90 ⁰	танцевальный шаг ниже 90 ⁰

	высокий подъем стопы	средний подъем	низкий подъем
	очень хорошая гибкость	не очень хорошая гибкость	плохая гибкость
	легкий высокий прыжок	легкий средний прыжок	нет прыжка
Музыкально-ритмические способности	отличное чувство ритма	среднее чувство ритма	нет чувства ритма
	координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов): нервная, мышечная, двигательная	координация движений 2 показателя из 3	координация движений 1 показатель из 3
	музыкально-ритмическая координация – четко исполняет танцевальные элементы под музыку	музыкально-ритмическая координация – нечетко исполняет танцевальные элементы под музыку	музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене	не очень эмоционально выразительный, есть небольшой зажим на сцене	нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене
	создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ	не может создать сценический образ

Оценочные средства, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки

Уровень	Критерии оценивания выступления
Высокий	Методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
Средний	Возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
Низкий	Исполнение с большим количеством недочетов: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, не владение трюковой и вращательной техникой
	Комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости занятий и нежеланием работать над собой

2.5. *Методические материалы, визы занятий, методики, формы и методы работы с детьми*

В процессе работы применяются следующие методы:

Наглядный метод: усвоение нового материала, познавательная деятельность обучающихся зависит от чувственных образов, представлений, которые формируются с помощью наглядных средств.

Показательный метод – метод показа отдельных элементов танца.

Поисковый метод – обеспечивает самостоятельное решение в выборе элементов танца.

Метод взаимного просвещения, репродуктивный метод используются при закреплении, повторении, обобщении.

Проблемный метод – рождает высокую познавательную активность.

Информационный метод – перед тем как приступить к занятиям, обучающиеся получают необходимую информацию от педагога.

Упражнения – все виды упражнений показываются педагогом. Все движения выполняются поочередно.

Композиция и драматургия – это совокупность драматургии текста и рисунка. Драматургия танца воплощается через текст, композиционные рисунки, перемещения.

Знание и использование всех этих методов поможет создать тот танцевальный номер, который педагог хотел донести до своих обучающихся.

В образовательном процессе используются разнообразные формы организации деятельности обучающихся:

- фронтальные (изучение новой темы);
- групповые (изучение танцевальных номеров);
- индивидуальные (постановка сольного номера или отработка танцевальных номеров).

Основную долю программы составляет практическая работа. Для создания ситуации успеха и положительной мотивации используется материал, основанный на творчестве известных танцевальных коллективов.

Большое значение уделяется выбору танцевальных номеров и их музыкальному оформлению. Каждая танцевальная композиция должна иметь воспи-

тательное значение и соответствовать возрастным особенностям ребенка и его интересам.

Подготовка и оформление танцевальной композиции является творческим процессом, который занимает значительное место в развитии возможностей обучающихся.

Разнообразные формы работы, продуманная организация занятий способствуют развитию устойчивого интереса к танцевальному искусству.

Одной из актуальных форм обучения на современном этапе развития образования стало дистанционное образование - новая, современная технология, которая позволяет сделать обучение более качественным и доступным, предоставить ученикам элементы универсального образования, которые позволят им эффективно адаптироваться к изменяющимся социально-экономическим условиям и успешно интегрироваться в современное общество.

Главная особенность дистанционного обучения – возможность получения образовательных услуг без посещения учебного заведения, так как все изучение предметов и общение с преподавателями осуществляется посредством интернета и обмена электронными письмами.

О необходимости использования такого метода обучения говорят следующие факторы:

- возможность организации работы с часто болеющими детьми и детьми-инвалидами;
- проведение дополнительных занятий с одаренными детьми;
- возможность внести разнообразие в систему обучения за счет включения различных нестандартных заданий (ребусы, кроссворды и т.д.);
- обеспечение свободного графика обучения;
- введение режима повышенной готовности.

С помощью дистанционного обучения удастся решать такие педагогические задачи, как:

- формирование у учеников познавательной самостоятельности и активности;
- создание эффективного образовательного пространства;
- развитие у детей критического мышления и способности конструктивно обсуждать различные точки зрения.

Программой предусмотрена организация дистанционного обучения посредством использования таких технических ресурсов, как конференции на Zoom-платформе; размещение обучающих видео на каналах видеохостинга YouTube, в группах в социальных сетях ВКонтакте, Одноклассники; видеозанятия в режиме реального времени в социальной сети Instagram, видеозвонки и рассылка видеофайлов в мессенджерах Viber и Watsap.

Сохранение здоровья детей в процессе их обучения является поистине государственной задачей, к решению которой привлекаются все новые научные и педагогические силы. Состояние детей на современном этапе вызывает обоснованную тревогу.

Очень важно в образовательном процессе учреждений дополнительного образования сохранить здоровье детей и подростков, сформировать у них представление о том, что здоровье – это состояние полного благополучия, которое включает в себя следующие компоненты:

- Высокая работоспособность и устойчивость к заболеваниям; основа этого – нормальная работа всех органов и систем организма (физиологический компонент);
- Уверенность в себе, основанная на умении управлять своими чувствами и мыслями (психологический компонент);
- Стремление и умение управлять собственным здоровьем и строить свое поведение без ущерба для благополучия других людей (нравственный компонент).

Исходя из этого программа «Русский танец – от традиций до современности» предполагает в образовательном процессе следующие здоровьесберегающие и профилактические мероприятия:

1) для уменьшения эмоционального напряжения и улучшения деятельности центральной нервной системы:

- теплые пастельные тона в оформлении танцевального класса;
- релаксационные виды упражнений на занятиях;
- элементы аутотренинга, формулы внушающего воздействия, повышающие самооценку ребенка;
- упражнения для выработки правильного дыхания с целью укрепления нервной системы и профилактики нервных истощений;

2) для профилактики стрессов и неврозов:

- составление расписания занятий и определение времени их продолжительности в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и степенью их физического развития;
- корректировка учебно-тематических планов в соответствии с возрастными особенностями обучающихся;
- консультативная психологическая помощь детям и их родителям;

3) по формированию валеологической культуры детей и взрослых:

- проведение с обучающимися занятий-практикумов с привлечением врачей-специалистов.

Методическое обеспечение образовательного процесса

Лекционный материал:

- «История хореографии»;
- «Танцевальное искусство. Жанры и направления»;
- «Русский танец. История происхождения»;
- «Хоровод. Разновидности, формы»;
- «Пляска – жанр русского народного танца»;
- «Массовый пляс»;

- «Кадриль»;
- «Формы по строения кадрилей».

Дидактический и наглядный материал:

Памятки «Правила поведения в ЦДТ и танцевальном классе», «Правила поведения в общественных местах»;

Медиа презентации: «Русский народный танец», «Хоровод», «Кадриль», «Пляска», «Массовый пляс».

Видеоматериалы с мероприятий, концертов, конкурсов всех уровней.

3. Воспитательный блок

3.1. Рабочая программа воспитания

Пояснительная записка

В центре программы воспитания находится личностное развитие обучающихся, формирование у них системных знаний о различных аспектах развития России и мира. Одним из результатов реализации программы станет приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Процесс воспитания в танцевальной студии «Россияночка» основывается на следующих принципах взаимодействия педагогических работников и обучающихся:

- неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и обучающегося, соблюдения конфиденциальности информации об обучающемся и семье, приоритета безопасности, обучающегося при нахождении в образовательной организации;
- создание в объединении психологически комфортной среды для каждого обучающегося и взрослого, без которой невозможно конструктивное взаимодействие обучающихся и педагогических работников;
- организация основных совместных дел, обучающихся и педагога;
- системность, целесообразность и нешаблонность воспитания как условия его эффективности.

Цель программы воспитания: формирование личности гражданина и патриота своего Отечества через самопознание. Самореализацию, саморазвитие

в условиях Центра детского творчества.

Задачи:

- воспитание стремления учащихся к самореализации через создание ситуации успеха, организацию мероприятий различного уровня;

- воспитание у обучающихся любви к Отечеству, российского патриотизма, в котором общероссийское чувство гражданственности сочетается с его любовью к малой родине;

- воспитание глубокого уважения к общечеловеческим ценностям как к нравственным основам личности гражданина.

Приоритетные направления деятельности:

- гражданско-патриотическое;

- нравственное и духовное;

- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

- интеллектуальное воспитание;

- здоровьесберегающее воспитание;

- культуротворческое и эстетическое воспитание;

- правовое воспитание и культура безопасности;

- воспитание семейных ценностей;

- формирование коммуникативной культуры;

- экологическое воспитание.

Формы и методы воспитания:

- собрания, лекции и беседы с обучающимися;

- информации о культурных событиях в стране, мире;

- встречи с интересными людьми, ведущими хореографами Фурмановского муниципального района, преподавателями Ивановского училища культуры;

- родительские собрания;

- взаимодействие с общеобразовательными учреждениями;

- культурно-массовые мероприятия;

- поддержание традиций ЦДТ, таких как: концерты художественной самодеятельности, выставки творческих работ учащихся, шефство старших над младшими, празднование дней рождения.

Планируемые результаты в области воспитания:

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
- формирование у обучающихся основ российской гражданской идентичности;
- готовность обучающихся к саморазвитию;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие социально-значимой деятельности.

3.2. Работа с родителями

Основная цель работы с родителями обучающихся - создание психолого-педагогических условий для взаимодействия детей и родителей, укрепление партнерских отношений педагогов, родителей, детей для создания единой гуманной, доброжелательной воспитательной среды.

Работа с родителями включает в себя комплекс мер – различные формы педагогического просвещения, консультирования, профилактики и т.д.

Задачи сотрудничества с родителями:

1. Установить партнерские отношения с семьей каждого обучающегося.
2. Объединить усилия для полноценного развития и воспитания.
3. Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной поддержки.

Используются следующие формы работы с семьей:

- привлечение родителей к работе по созданию сценического образа коллектива;
- приглашение родителей на просмотр выступления детей (с последующим обсуждением);
- организация работы родительского комитета;
- использование разнообразных форм проведения родительских собраний;
- организация и проведение совместных мероприятий досугового характера.

3.3. Календарный план воспитательной работы

№п/п	Мероприятие	Дата	Ответственные
Гражданско-патриотическое воспитание			
1	Экскурсия в Музей образования «История развития образования в городе»	апрель	Дородникова С.В.
Нравственное и духовное воспитание			
2	Экскурсия по экспозиции «История русской избы»	февраль	Дородникова С.В.
Воспитание положительного отношения к труду и творчеству			
3	Конкурс рисунков «Моя любимая профессия»	ноябрь	Дородникова С.В.
Интеллектуальное воспитание			
4	Посещение онлайн-концерта Народного коллектива «Березка»	октябрь	Дородникова С.В.
5	Просмотр обучающих видеороликов об особенностях исполнения народных танцев	В течение года	Дородникова С.В.
Здоровьесберегающее воспитание			
6	Беседа «Гигиена, режим питания юной танцовщицы»	Январь	Дородникова С.В.
Культуротворческое и эстетическое воспитание			
7	Посещение Музея образования	В течение года	Дородникова С.В.
Правовое воспитание и культура безопасности			
8	Минутка безопасности: разговор о безопасности	Каждое занятие	Дородникова С.В.
9	Инструктажи по безопасности	По требованию	Дородникова С.В.
Воспитание семейных ценностей			
10	Совместные мероприятия с родителями к календарным праздникам	Март	Дородникова С.В.
Формирование коммуникативной культуры			
11	Поговорим о поведении в общественных местах «Я и окружающие»	В течение года	Дородникова С.В.
Экологическое воспитание			
12	Участие в акциях по сбору макулатуры; в экологических субботниках	По плану работы МАУ ДО ЦДТ	Дородникова С.В.
Работа с родителями			
13	Открытые занятия для родителей	декабрь, май	Дородникова С.В.
14	Родительское собрание	сентябрь, май	Дородникова С.В.
15	Информирование родителей о событиях объединения в мессенджере	В течение года	Дородникова С.В.
16	Индивидуальные консультации	По требованию	Дородникова С.В.

4. Организационный блок

4.1. Календарный учебный график

Год обучения	Учебный период	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Даты начала и окончания реализации программы	Каникулярное время	
					Продолжительность каникул	Организация деятельности в каникулы
1 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
2 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
3 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания

4.2. Организационно-педагогические условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы:

Материально-технические условия:

- танцевальный класс для проведения занятий, соответствующим санитарно-гигиеническим нормам, оборудованный специальным освещением, вентиляцией, половым покрытием, станками, зеркалами;
- музыкальный центр с подборкой фонограмм;
- спортивный инвентарь: скакалки, надувные мячи, мячи для фитнеса, гимнастические скамейки, туристические коврики, гимнастические палки;
- специализированная форма: гимнастический купальник, широкие юбочки (для девочек), шорты и майки (для мальчиков);
- обувь для занятий: тапочки на мягкой подошве, чешки, балетки, половинки, туфли для народных танцев;

- костюмерная.

Организация внутренней и внешней интеграционной деятельности:

- совместная работа танцевальной студии «Россияночка» с хореографическими коллективами Центра детского творчества для проведения массовых мероприятий, концертов, участие студии в социальных проектах и акциях Центра детского творчества;

- организация внешней интеграционной деятельности с Центральным дворцом культуры, образовательными учреждениями города и района для проведения совместных концертов и праздников.

Психологическая подготовка

Одной из основных задач учреждений дополнительного образования детей является обеспечение необходимых условий для личностного развития.

Психологическая подготовка юных танцоров состоит из:

- общепсихологической подготовки (круглогодичной);
- психологической подготовки к конкурсным выступлениям;
- управления нервно-психическим восстановлением обучающихся.

Общая психологическая подготовка предусматривает формирование личности танцора и межличностных отношений, развитие хореографического интеллекта, специализированных психических функций и психомоторных качеств.

Психологическая подготовка к конкурсным выступлениям состоит из двух разделов:

- общая психологическая подготовка к конкурсным выступлениям, которая проводится в течение всего года,
- специальная психическая подготовка к выступлению на конкретных сценических площадках.

В ходе общей психологической подготовки к конкурсным выступлениям формируются высокий уровень соревновательной мотивации, соревновательные черты характера, предсоревновательная и соревновательная эмоциональная

устойчивость, способность к самоконтролю и саморегуляции в конкурсной обстановке.

В ходе подготовки к конкретным конкурсным выступлениям формируется специальная (предсоревновательная) психическая боевая готовность танцора перед выступлением, характеризующаяся уверенностью в своих силах, стремлением к обязательной победе, оптимальным уровнем эмоционального возбуждения, устойчивостью к влиянию внутренних и внешних помех, способностью произвольно управлять действиями, эмоциями и поведением.

В процессе управления нервно-психическим восстановлением танцора снимается нервно-психическое напряжение, восстанавливается психическая работоспособность после занятий, репетиций, развивается способность к самостоятельному восстановлению. Нервно-психическое восстановление осуществляется с помощью словесных воздействий, отдыха, переключения на другие виды деятельности и прочих средств. Средства и методы психолого-педагогических воздействий включаются во все этапы и периоды круглогодичной подготовки.

В круглогодичном цикле подготовки акцент делается при распределении объектов психолого-педагогических воздействий. В подготовительном периоде подготовки выделяются средства и методы психолого-педагогических воздействий, связанные с морально-психологическим просвещением юных танцоров, развитием их художественного интеллекта, разъяснением целей и задач участия в конкурсах, содержанием общей психологической подготовки к конкурсным выступлениям, развитием волевых качеств и специализированного восприятия, оптимизацией межличностных отношений и сенсомоторным совершенствованием общей психологической подготовленности.

В период подготовки к выступлению на конкретных сценических площадках упор делается на совершенствование эмоциональной устойчивости, свойств внимания, достижение специальной психической готовности к выступлению и мобилизационной готовности в состязаниях.

В переходном периоде преимущественно используются средства и методы нервно-психического восстановления организма. В течение всех периодов подготовки применяются методы, способствующие совершенствованию моральных черт характера танцора, и приемы психической регуляции.

Список литературы для педагога

1. Андреев В.И. Педагогика; Учебный курс для творческого саморазвития. -2-е изд.-Казань: Центр инновационных технологий, 2000.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000.
3. Бондаренко Л.А. Ритмика и танец. - Костровицкая Киев. Муз. Украина, 1989.
4. Бондаренко А.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Муз. Украина, 1989.
5. Белкина С.И. «Музыка и движение»-М.: Просвещение, 1983.
6. Богаткова Л. «Танцы для детей» - М.: Просвещение, 1959.
7. Ваганова А. «Основы классического танца» - М.: Искусство, 1963.
8. Ерохина Л. «Школа танцев для детей» - М. Искусство, 2000.
9. «Педагогические советы в системе воспитательной работы» - Жирякова А.А. «Классный руководитель», 2001.
10. Захарова С.Н. «Праздники в детском саду» - М.: Просвещение, 1999.
11. Здравствуй, школа! Репертуар. Сб. для организаторов шк. Худ. самодетельности/сост. Н.И. Кучер – М.: Просвещение, 1986.
12. Костровицкая И., Писарев А. «Школа классического танца» - М.: Искусство, 1986.
13. Михайлова М.А. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» - М.: Просвещение, 1999.

14. Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений. Пляшеник А.Д., 2002.
15. Смит Люси. Танцы. Начальный курс. М.: ООО «Издательство Астрель», 2001.
16. «Сюжетные танцы» - библиотека художественной самодеятельности.
17. «Танцуют дети» - библиотека художественной самодеятельности.
18. Чибрикова А.Е. «Ритмика» - М.: Просвещение, 2000.

Список литературы для обучающихся, родителей

1. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб. - метод. пособие /Т.А. Барышникова. – Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.125
2. Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб. - метод. пособие /Т.К. Васильева. – Санкт Петербург: Диамант, 2016– 180с.; 21 см. – 1000 экз.
3. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб. - метод. пособие /И. Бурмистрова, К.Силаева. – Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
4. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб. - метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013. - 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X
5. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб. - метод. пособие / Т. Ф Корнеева. - М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
6. Миллер, Э., Блэкман, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб. - метод. пособие / Э.Миллер , К. Блэкман - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.

7. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.–340с. ; 21 см. – 2000 экз.

8. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей /Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с. ; 21 см. – 1000 экз.