


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Центр внешкольной работы»

Принята на заседании  
Методического совета  
От «27» июня 2019 г.  
Протокол № 6

Утверждаю  
Директор МБОУ ДО «ЦВР»  
И.А. Крюкова  
«27» июня 2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Мир танца»  
художественной направленности**

Возраст обучающихся: 9-15 лет  
Срок реализации: 5 лет

Составитель:  
Быкова Лилия Ивановна,  
педагог дополнительного  
образования

Завьялово, 2019

## **Пояснительная записка.**

Общеразвивающая программа «Мир танца» реализуется в студии танца «Калейдоскоп», имеет **художественную направленность**, является базовой по уровню освоения

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир танца» составлена с учетом вариативности для различных возрастных категорий и индивидуальных особенностей учащихся. При изучении материала предполагается выполнение заданий разного уровня сложности в зависимости от индивидуальных способностей и возможностей каждого ребенка, предлагается самостоятельная работа по составлению танцевальных комбинаций. Предусмотрена дифференциация и индивидуализация процесса обучения. Программа ориентирована на развитие ребенка в процессе овладения им хореографической деятельностью, опирается на традиционные и инновационные методики в обучении, ориентирована на создание условий психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребенка.

### **Актуальность**

Большое внимание на совершенствование всей системы образования в стране оказывает социальный заказ общества на творческую, активную личность, способную проявить себя в нестандартных условиях, гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях. Следуя данному запросу программа «Мир танца» составлена таким образом, что образовательная деятельность направлена на развитие художественного мышления, индивидуальных творческих способностей учащихся. В ходе обучения формируются устойчивый интерес к творческой деятельности, воспитываются уважительное отношение к культурному наследию и ценностям народов России, их сохранению и приумножению.

Актуальность программы «Мир танца» также обусловлена запросом со стороны детей и их родителей на программы художественного развития и существованием в д. Подшивалово (база реализации программы) народного ансамбля песни и танца «Марзан» и необходимостью подготовки потенциальных участников, обладающих хореографическими знаниями и умениями, способными поддержать высокий уровень исполнительского мастерства.

**Цель:** развитие и формирование творческих способностей учащихся средствами хореографического искусства.

### **Задачи:**

- обучать основам хореографии, формировать хореографические знания, умения;
- формировать интерес и уважительное отношение к танцевальной культуре народов России;
- развивать эстетический вкус, ассоциативное и образное мышления учащихся, их способности к импровизации;
- воспитывать чувство этнокультурной и гражданской идентичности;
- формировать коммуникативную компетенцию.

## Отличительная особенность программы

При составлении программы изучены методические пособия по хореографии, дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы данной направленности, основные документы в области основного и дополнительного образования.

В отличие от дополнительных общеобразовательных программ авторов Жук Н.В. «Ритмика и танец», Качкуровой Н.И. «Программа хореографического коллектива «Этюд» и авторской программы «Азбука танца» Гласовой М.С., данная программа не настолько обширна по изучению хореографии разных народностей, но направлена на более глубокое изучение русского, удмуртского танцев; знакомит с фольклорным танцем; дает возможность познакомиться с национальной культурой народов Поволжья и финно-угорских народов. Одной из особенностей программы является то, что учащиеся студии принимают участие в подготовке и проведении народных праздников на каждом этапе обучения.

Программой предусмотрена исследовательская деятельность учащихся и работа над творческими проектами (самостоятельное составление танцевальных композиций), так как эти методы эффективны в развитии творческих способностей и в формировании образного и ассоциативного мышления. Такой подход, актуален в условиях, необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации.

Программа «Мир танца» в ходе практической деятельности использует знания, полученные при изучении школьных предметов, также дополняет информацию по некоторым предметам школьной программы.

### *Используются знания по школьным предметам*

<i>Класс/ возраст</i>	<i>Школьный предмет</i>	<i>Тема в школьной программе</i>	<i>Применение в дополнительном образовании</i>
1 класс	Математика (учебник М.И.Морро)	Тема «Многоугольники», прямая	Знание терминов «круг», «окружность», «квадрат», «прямоугольник», «прямой угол» применение на занятиях при выполнении перестроений и перемещений
2 класс	Математика (учебник М.И.Моро)	Тема «Периметр многоугольника»	Уметь использовать понятия «периметр», при выполнении заданий
3 класс	Математика (учебник М.И.Моро)	Тема «Геометрические фигуры»	«диагональ», «касательная»
3 класс	Окружающий мир (учебник А.А.Плешаков)	Тема «Организм человека»	Понятия «скелет», «позвоночник», «мышцы», «связки», «опорно- двигательная система», «дыхательная система». Также используются названия частей тела, названия мышц.
5 класс	Математика (учебник	Тема «Градусная мера угла»	При изучении и выполнении различных элементов, используя

	Н.Я.Виленкин)		градусные величины. Постановка рук и подъем ноги на 15, 45, 90 градусов для выполнения упражнений. Повороты на 45, 90, 180, 360 градусов. Необходимо знать величины для правильного выполнения задания
7 класс	Физика (учебник. Перышкин А.В)	Тема: «Механическое движение», «Скорость», «Взаимодействие тел»	Используются такие понятия как «скорость», «амплитуда», «начало движения», «траектория движения» «остановка», «устойчивость»

### *Дополняются школьные предметы*

<i>класс</i>	<i>Школьный предмет</i>	<i>Тема в школьной программе</i>	<i>Дополнительное образование</i>
6 класс	Краеведение	Тема «Национальная одежда»	Особенности костюма по районам Удмуртии, цветовая гамма, названия элементов костюма, особенности детского и взрослого костюма. Народные игры удмуртов.
8 класс (14-15 лет)	Краеведение	Тема «Литература и искусство»	Знакомство с творческими коллективами Удмуртии, праздники удмуртского народа
8 класс (14-15 лет)	Искусство (учебник Е.П.Сергеева)	Тема «Художественный образ, стиль, язык», «Искусство как универсальный способ общения», «Роль искусства в сближении народа», «Искусство вокруг нас»	Знакомство с творчеством великих танцовщиков, танцевальных коллективов, с разными стилями, жанрами и направлениями танцевального искусства, характерные особенности танцевальной культуры народов России, художественный образ в концертном номере.
4-8 классы	Физическая культура	Развитие координации движений, выносливости, ловкости, силы	Понятия «шеренга», «колонна», развитие выносливости, силы, ловкости. Развитие эластичности связок, укрепление разных групп мышц
4-7 классы	Музыка		Развитие музыкальности, чувства ритма, умение координировать движения с темпом, характером музыкального произведения. Понятия «затакт», «сильная, слабая доля», «синкопа»,

			«музыкальное вступление», «музыкальный образ», «легато», «адажио», «стакатто», «темпо», «динамика»
--	--	--	--

### **Адресат программы**

Программа адресована для детей и подростков 9 - 15 лет. В студию принимаются дети по желанию самого ребенка, которые успешно прошли обучение по программе «Азбука хореографии», на основании заявления родителей (законных представителей) при наличии медицинского заключения о допуске к занятиям.

### **Формы организации учебного процесса**

- занятие (коллективное, групповое).

#### **Виды занятий:**

- практическое занятие, комбинированное занятие;
- концертное выступление;
- репетиция;
- мероприятия (праздник, игровая программа);
- фестивали, конкурсы;
- праздничный вечер;
- видео-просмотр;
- посещение различных мероприятий: концерты, выставки, спектакли, творческие встречи и т.д.

### **Сроки и этапы освоения программы**

Данная программа рассчитана на 5-летнее обучение и включает в себя 2 этапа реализации.

Обучающиеся основного этапа (1-3 год обучения) знакомятся с основами классического танца, разучивают народные танцы, как сценическую, так и фольклорную форму, знакомятся с танцевальной культурой русского и удмуртского народа, выполняют групповые творческие работы по составлению танцевальных комбинаций, являются участниками народных праздников, принимают участие в концертной деятельности. Программой предусмотрено раздельное разучивание женской и мужской танцевальной лексики.

На данном этапе обучения закрепляется интерес к обучению, к проявлению инициативы и самостоятельности в обучении, развиваются навыки хореографического исполнительства, развивается ассоциативное мышление, формируется умение оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение.

На углубленном этапе (4-5год обучения) ребята совершенствуют свое мастерство, разучивают элементы народного экзерсиса, изучают народные танцы удмуртов, танцы народов Поволжья, финно – угорские танцы, знакомятся с особенностями фольклорного танца, участвуют в подготовке и проведении народных праздников, активно принимают участие в концертной деятельности, учатся основам исследовательской деятельности. На

данном этапе формируется коммуникативная и общекультурная компетенции, гражданская и этнокультурная идентичность.

Выпускники студии могут продолжить занятия хореографией в народном ансамбле песни и танца «Марзан», также в других танцевальных коллективах, специализирующихся на народной хореографии или в специальных учебных заведениях данного направления.

**Количество обучающихся: 10-15 человек**

### **Режим занятий**

**1 год обучения** – 2 раза в неделю по 2 часа, в год –144 часа;

**2 год обучения** – 2 раза в неделю по 2 часа, в год –144 часа;

**3 год обучения** – 3 раза в неделю по 2 часа, в год – 144 часа;

**4 год обучения** – 3 раза в неделю по 2 часа, в год – 216 часов;

**5 год обучения** – 3 раза в неделю по 2 часа, в год – 216 часов.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

#### ***Личностные:***

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.
- осознавать свои возможности, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять готовность к принятию самостоятельных решений;
- проявлять творческую инициативу и стремление к самовыражению;
- уважительно относиться к истории, традициям и культуре своего и других народов.

#### ***Метапредметные:***

- уметь работать в коллективе на основе взаимопомощи и сотворчества;
- уметь ориентироваться в пространстве культуры;
- проявлять способность к импровизации, использовать полученные знания и умения в самовыражении;
- использовать различные источники информации в самостоятельной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

#### ***Предметные***

- уметь качественно исполнять проученный танцевальный материал; легко, естественно и непринужденно выполнять танцевальные движения;
- уметь самостоятельно составлять танцевальные комбинации;
- различать характерные особенности хореографии проученных народностей;

- владеть навыками ведения учебно – исследовательской деятельности;
- знать особенности народных праздников;
- знать творческие коллективы Удмуртии и России, знаменитых и великих танцовщиков;
- знать проученную терминологию.

### Учебный план 1 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Часов всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	<b>Вводное занятие. Инструктаж.</b>	2	2		опрос
2.	<b>Основы классического танца</b> Тема 2.1. Введение в предмет «классический танец». Тема 2.2 Постановка корпуса Тема 2.3 Позиции ног Тема 2.4 Позиции рук, port de bras Тема 2.5. Упражнения у станка Тема 2.6. Упражнения на середине	42	4	38	Педагогическое наблюдение, зачет
3.	<b>Партерная гимнастика</b> Тема 3.1. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья  Тема 3.2. Комплексы упражнений партерной гимнастики	24	2	22	Педагогическое наблюдение, итоговое занятие
4.	<b>Ритмика (музыка и движение)</b>	22	2	20	Педагогическое наблюдение, итоговое занятие
5.	<b>Постановка танца</b>	40	2	38	Выступление
6.	<b>Фольклор.</b> Тема 6.1. Танцевальные игры русского и финно-угорских народов. Тема 6.2. Знакомство с календарными праздниками.	10	4	6	Мероприятие

<b>7.</b>	<b>Итоговые занятия</b>	4		4	Тестирование, зачет
	<b>Итого.</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

### Содержание программы 1 года обучения

#### **Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж (2ч)**

Теория: Краткое ознакомление с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с планом эвакуации, поведение при ЧС, поведение в хореографическом классе. Организационные вопросы.

#### **Раздел 2. Основы классического танца и партерная гимнастика(42ч)**

*Тема 2.1. Введение в предмет «классический танец».*

*Тема 2.2. Постановка корпуса в 1, 2 позициях.*

*Тема 2.3. Позиции ног (1,2,3)*

*Тема 2.4. Позиции рук (1,3,2) 1 port de bras*

теория: правила исполнения

практика: выполнение движений

*Тема 2.5. Упражнения у станка*

теория: термины и правила исполнения движений;

практика: исполнение движений .

Demi i grand plie.

Battement tendu (лицом к палке) из 1 поз.

Battement tendu jete (лицом к палке) из 1 поз.

Demi Rond de jambe par terre (лицом к палке)

Releve на полупальцах (1, 2поз.)

Battement releveant 90\* (лицом к палке) из 1 поз.

Grand battement jete.

*Тема 2.6. Упражнения на середине:*

Теория: термины и правила исполнения движений;

Практика:

-Подготовка к верчениям;

-Balance;

-Па польки;

-Вальсовые шаги и повороты;

-Прыжки: Temps leve sauté (1,2, поз.).

#### **Раздел 3. Партерная гимнастика (24).**

*Тема 3.1. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья*

Теория: правила исполнения движений

Практика: подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола; подъем таза вперед вверх с опорой на руки сзади корпуса



и на ноги; наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола; прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

#### *Тема 3.2. Комплексы упражнений партерной гимнастики*

Практика: комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях. Задания выполняются по мере индивидуальных возможностей учащихся. Предполагается возможность применения материала разной степени сложности.

### **Раздел 4. Музыка и движение (22ч).**

Теория: понятия «ритм», «темп», «такт», «затакт», «полупальцы», «вскок» «художественный образ»

Практика: упражнения на развитие музыкальности и чувства ритма. Элементарная трюковая подготовка (колесо, стойка на руках, мостик, шпагат, складка, солнышко и другое). Все трюковые элементы выполняются с учетом индивидуальных возможностей учащихся. Упражнения на развитие индивидуальной и пространственной ориентировки. Разучивание танцевальных комбинаций, задания на развитие образного и ассоциативного мышления. Самостоятельные задания на сочинение танцевальных комбинаций.

### **Раздел 5. Постановка танца (40ч).**

Теория: особенности исполнения танцевального материала, характерные особенности.

Практика: постановка и работа над танцевальным номером, репетиции, выступления на праздниках, конкурсах, концертах, фестивалях.

### **Раздел 6. Фольклор (10ч).**

#### *Тема 6.1. Танцевальные игры русского и финно-угорских народов.*

Теория: особенности и правила игр.

Практика: разучивание игр.

#### *Тема 6.2. Знакомство с календарными праздниками.*

Теория: Особенности народных зимних праздников.

Практика: Участие в проведении праздника.

### **Раздел 7. Итоговые занятия (4ч).**

Теория: тестовый контроль теоретических знаний.

Практика: диагностика проученного материала по разделам «Ритмика», «Партерная гимнастика», «Основы классического танца».

## **Ожидаемые результаты 1 года обучения**

### ***предметные:***

- знать проученную хореографическую терминологию;
- знать правила постановки корпуса;
- уметь согласовывать движения с музыкой;
- знать правила передвижения по сценической площадке и в определенном рисунке;
- уметь координировать движения;

- исполнять упражнения классического и партерного экзерсиса;
- выполнять проученные трюки;
- выразительно исполнять этюды, танцевальные композиции и проученные танцы.

танцы.

**Метапредметные:**

- учитывать разные мнения и интересы;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;
- применять знания, полученные в общеобразовательной школе на занятиях в объединении.

**Личностные:**

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
- проявлять старательность при выполнении заданий, стремиться доводить начатое дело до конца.

**Учебный план 2 года обучения.**

№	Наименование разделов и тем	Часов всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	<b>Вводное занятие</b>	2	2	-	Опрос
2.	<b>Основы классического танца</b> Тема 2.1. Позиции ног Тема 2.2. Port de bras. Тема 2.3. Упражнения у станка Тема 2.4. Упражнения на середине	40	6	34	Педагогическое наблюдение, итоговое занятие
3.	<b>Партерная гимнастика.</b> Тема 3.1. Развитие выворотности Тема 3.2. Упражнения на укрепление мышц спины и живота Тема 3.3. Упражнения на развитие шага.	12	2	10	Педагогическое наблюдение, итоговое занятие
4.	<b>Народный танец.</b> Тема 4.1. Отражение русского характера в народной хореографии Тема: 4.2. Положение рук, ног в русском танце. Тема 4.3. Шаги в русском танце. Тема 4.4 Хороводные фигуры. Тема 4.5. Основные движения	40	6	34	Педагогическое наблюдение, итоговое занятие

	русского танца				
<b>5.</b>	<b>Фольклор.</b> Тема 5.1. Игровые хороводы Тема 5.2. Календарные праздники удмуртов и русских.	6	2	4	мероприятие
<b>6.</b>	<b>Постановка танца и работа над репертуаром.</b>	44	2	42	Выступление
<b>8.</b>	<b>Итоговые занятия.</b>	4	-	4	зачет
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>	

## Содержание программы 2 года обучения

### Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж (2ч).

Теория: Введение в курс предметов, которые изучаются на этом году обучения. Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с планом эвакуации, поведение при ЧС, поведение в хореографическом классе. Организационные вопросы.

### Раздел 2. Основы классического танца (36ч)

#### *Тема 2.1. Позиции ног(1,2,5)*

Теория: правила исполнения

Практика: выполнение

#### *Тема 2.2. 2, 3 Port de bras.*

Теория: правила исполнения

Практика: выполнение

#### *Тема 2.3. Упражнения у станка:*

Теория: термины и правила исполнения движений;

Практика: исполнение движений .

Demi i grand plie.

Battement tendu с demi plie во все направления (1поз.).

Battement tendu jete во все направления.(1поз.)

Положение sur le cou de pie – условное.

Passe par terre.

Rond de jambe par terre.

Releve на полупальцах (1,2поз.)

Battement releveant 90\* ( во все направления)(1,)

Grand battement jete ( во все направления)(1,поз)

#### *Тема 2.4. Упражнения на середине:*

Теория: термины и правила исполнения движений;

Практика: исполнение движений .

5поз ног

Положение ераuleman  
Port de bras (2, 3).  
Tour chaine  
Balance  
Па польки  
Вальсовые шаги и повороты  
*Прыжки:* Temps leve sauté (1,2,5 поз.),Sisson simple

### **Раздел 3. Партерная гимнастика (12ч).**

#### *Тема 3.1. Упражнения на развитие выворотности*

Теория: особенности выполнения движений

Практика: лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в 1, «Лягушка»: а) сидя; б) лежа на спине; в) лежа на животе; г) с наклоном вперед; сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса; сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли 1 позицию, и выпрямить ноги вперед.

#### *Тема 3.2. Упражнения на укрепление мышц спины и живота*

Теория: особенности выполнения движений

Практика: лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз, «уголок»: а) из положения - сидя, колени подтянуть к груди б) из положения - лежа. Стойка на лопатках с поддержкой под спину. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через rond собрать в 1 позицию. Лежа на животе, подъем и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении). Лежа на животе, подъем и опускание ног и нижней части туловища, «самолет» положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища.

#### *Тема 3.3. Упражнения на развитие танцевального шага.*

Теория: особенности выполнения движений

Практика: battements releve lent на 90° по 1 позиции вперед. Лежа на полу, grand battement jete по 1 позиции вперед. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в 1 позицию вверх. Шпагаты: прямой, на правую, на левую ноги.

Все элементы партерной гимнастики выполняются с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащихся. Предполагается разноуровневость предлагаемого учебного материала. Возможно выполнение элементов в чистом виде и вкомбинированном.

### **Раздел 4. Народный танец (40ч).**

#### *Тема 4.1. Отражение русского характера в народной хореографии*

Теория. Особенности русского народного танца, манера исполнения, знаменитые коллективы русского народного танца, народный костюм.

#### *Тема 4.2. Положение рук, ног в русском танце.*

Теория: знакомство с характером исполнения русских танцев, правила исполнения  
Практика: проучивание позиций, поклон.

#### *Тема 4.3. Шаги в русском танце.*

Теория: правила исполнения.

Практика: простой шаг, переменный, приставной и их разновидности; елочка, гармошка, припадание, шаг-бег.

#### *Тема 4.4 Хороводные фигуры.*

Теория: рассказ о хороводах.

Практика: исполнение хороводных фигур. (Круг, змейка, улитка, улица, колонна, ворота)

#### *Тема 4.5. Основные движения русского танца:*

Теория: правила исполнения.

Практика: проучивание и исполнение движений: ковырялочка, моталочка, дробь, верчения, молоточки, присядки, хлопущки. Этюд на основе проученного материала. Самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

### **Раздел 5. Фольклор (10ч).**

#### *Тема 5.1: Игровые хороводы*

Теория: особенности исполнения.

Практика: разучивание.

#### *Тема 5.2. Календарные праздники удмуртов и русских.*

Теория: Особенности народных весенних праздников.

Практика: участие в проведении праздника.

### **Раздел 6. Постановка танца и работа над репертуаром (44ч).**

Теория: особенности исполнения танцевального номера, раскрытие замысла номера, художественный образ в номере.

Практика: постановка танцевального номера, работа над репертуаром (репетиция), Выступления на праздниках, конкурсах, концертах, фестивалях.

### **Раздел 8. Итоговые занятия (4ч).**

Практика: контроль проученного материала по разделам и темам.

### **Ожидаемые результаты 2 года обучения**

#### ***Предметные:***

- уметь качественно исполнять проученный танцевальный материал; легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- различать характерные особенности русского танца;
- знать проученную терминологию народного и классического танца.

#### ***Метапредметные:***

- уметь работать в группе;
- использовать полученные знания в ходе уроков в общеобразовательной

школе;

- владеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.

**Личностные:**

- уметь преодолевать возникающие трудности; контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы;
- осознавать свои возможности, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех.

**Учебный план 3 год обучения.**

№	Наименование разделов и тем	Часов всего	Теория	Практик а	Форма контроля
1.	<b>Вводное занятие</b>	2	2	-	опрос
2.	<b>Основы классического танца</b> Тема 2.1. Положение ераулеман. Позы носком в пол. Тема 2.2. Упражнения у стана. Тема 2.3. Упражнения на середине.	30	4	26	Педагогическое наблюдение. итоговое занятие
3.	<b>Русский народный танец.</b> Тема 3.1. Положение рук, ног в русском танце. Тема 3.2. Шаги в русском танце. Тема: 3.3. Основные движения русского танца. Тема 3.4. Этюд на основе проученного материала.	27	4	23	Педагогическое наблюдение, зачет
3.	<b>Удмуртский народный танец</b> Тема 4.1. Характерные особенности удмуртского народного танца Тема 4.2. Положение рук, ног в удмуртском танце. Тема 4.3. Шаги в удмуртском танце. Тема 4.4. Основные движения удмуртского танца. Тема 3.5. Этюд на основе	27	4	23	Педагогическое наблюдение, зачет

	проученного материала.				
<b>4.</b>	<b>Фольклор.</b> Тема 4.1. Игровые хороводы Тема 4.3. Календарные праздники удмуртов и русских.	12	4	8	праздник, выступление
<b>5.</b>	<b>Постановка танца работа над репертуаром.</b>	42	6	36	выступление
<b>6.</b>	<b>Итоговые занятия.</b>	4	-	4	зачет
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>24</b>	<b>120</b>	

### Содержание программы 3 года обучения

#### Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж (2ч).

Теория: Введение в курс предметов, которые изучаются на этом году обучения. Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с планом эвакуации, поведение при ЧС, поведение в хореографическом классе. Организационные вопросы.

#### Раздел 2. Основы классического танца (46ч).

*Тема: 2.1. Положение ераилетан. Позы носком в пол.*

Теория: правила исполнения

Практика: выполнение проученного материала

*Тема: 2.2. Упражнения у стана.*

Теория: термины и правила исполнения движений.

Практика: исполнение движений.

Demi, grand plie (4поз)

Полуповороты в 5 поз.

Battement tendu с demi plie во все направления (5поз.).

Battement tendu jete с plie во все направления

Положение sur le cou de pie – условное.

Rond de jambe par terre.

Releve на полупальцах (1,2,5поз.)

Battement frappe.

Battement fondu

Battement releveant 90\* ( во все направления)

Grand battement jete ( во все направления)

Battement developpe (во все направления)

Растяжки.

*Тема: 2.3. Упражнения на середине.*

Теория: термины и правила исполнения движений.

Практика: исполнение движений.

Port de bras (2, 3).

Tour chaine, tour pike, поворот soutenu

Прыжки: jete , glissad, sissonne

### **Раздел 3. Русский народный танец (36ч).**

*Тема 3.1. Положение рук, ног в русском танце.*

Теория: Повторение правил исполнения

Практика: port de bras в русском характере

*Тема 3.2. Шаги в русском танце.*

Теория: правила исполнения.

Практика: выполнение движений: простой шаг, переменный, приставной и их разновидности; припадание выворотное с перегибом корпуса, танцевальный бег, каблучные шаги (боковой, с ударом)

*Тема 3.3. Основные движения русского танца:*

Теория: правила исполнения.

Практика: исполнение движений: качалочка, па – де баск, веревочка, дробь, верчения, присядки, мужская трюковая техника, хлопущки. Самостоятельное составление танцевальных комбинаций. Предполагается выполнение танцевальных элементов в чистом виде и в комбинированном, в разном темпе в зависимости от индивидуальных возможностей учащихся.

*Тема 3.4. Этюд на основе проученного материала.*

Теория: характерные особенности

Практика: разучивание танцевального этюда, самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

### **Раздел 4. Удмуртский народный танец (36ч).**

*Тема 4.1. Характерные особенности удмуртского народного танца*

Теория: характерные особенности удмуртского народного танца, отличия и общие черты танцевальной культуры удмуртов разных районов, знакомство с творчеством удмуртских творческих коллективов

*Тема 4.2. Положение рук, ног в удмуртском танце.*

Теория: особенности постановки рук и ног в удмуртском танце

Практика: разучивание основных положений рук и ног в удмуртском танце

*Тема 4.3. Шаги в удмуртском танце.*

Теория: особенности исполнения шагов и бега в удмуртском танце, схожесть и различия с другими народностями.

Практика: разучивание танцевальных шагов и бега в удмуртском сценическом танце

*Тема 4.4. Основные движения удмуртского танца.*

Теория: особенности исполнения удмуртских танцевальных движений

Практика: разучивание простых танцевальных движений( каблучное движение, удмуртская моталочка, приставные шаги, припадания, дробь, повороты и т.д.)

*Тема 4.5. Этюд на основе проученного материала.*

Практика: разучивание танцевального этюда на проученном материале, самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

### **Раздел 4. Фольклор (12ч).**



#### *Тема 4.1: Игровые хороводы*

Теория: особенности и правила игр.

Практика: разучивание

#### *Тема 4.3. Знакомство с календарными праздниками удмуртов и русских.*

Теория: Особенности весенних народных праздников

Практика: участие в празднике

### **Раздел 5. Постановка танца и работа над репертуаром (80).**

Теория: особенности исполнения танцевального номера, раскрытие замысла номера, художественный образ в номере.

Практика: разводка танцевального номера, работа над репертуаром, подготовка к концертным и конкурсным выступлениям, проведение репетиций, участие в фестивалях, концертах, праздниках.

### **Раздел 7. Итоговые занятия (4ч).**

Теория: тест теоретических знаний

Практика: контроль проученного материала по проученным разделам и темам.

## **Ожидаемые результаты 3 года обучения**

### ***Предметные***

- уметь качественно исполнять проученный танцевальный материал; легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- различать характерные особенности русского и удмуртского танца;
- знать проученную терминологию народного и классического танца.

### ***Метапредметные:***

- уметь работать в ансамбле;
- использовать полученные знания в ходе уроков в общеобразовательной школе;
- овладеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

### ***Личностные:***

- уметь преодолевать возникающие трудности; контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.

- осознавать свои возможности, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях.

### Учебный план 4 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Часов всего	Теория	Практ.	Формы контроля
1.	<b>Вводное занятие. Инструктаж.</b>	2	2	-	Опрос
2.	<b>Народный танец.</b> Тема 2.1.Экзерсис у станка. Тема 2.2.Танцевальные движения и комбинации на середине	40	8	32	Наблюдение, итоговое занятие
3.	<b>Удмуртский танец.</b>	28	4	24	Наблюдение, итоговое занятие
4.	<b>Танцы народов Поволжья.</b> (по выбору)	32	4	28	Наблюдение, итоговое занятие
5.	<b>Фольклор.</b> Тема 4.1: Пляски, кадрили русского народа. Тема 4.3. Календарные праздниками удмуртов и русских.	10	2	8	Мероприятие, праздник
6.	<b>Исследовательская деятельность</b>	20	6	14	Защита
7.	<b>Постановка танца и работа над репертуаром.</b>	80	4	76	Выступление
8.	<b>Итоговые занятия</b>	4	-	4	зачет
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>32</b>	<b>184</b>	

### Содержание программы 4 года обучения

#### Раздел 1.Вводное занятие. Инструктаж (2ч).

Теория: Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с планом эвакуации, поведение при ЧС, поведение в хореографическом классе. Организационные вопросы.

#### Раздел 2. Народный танец (40ч)

### *Тема 1. Экзерсис у станка.*

Теория: правила исполнения упражнений у станка.

Практика:

Demi plie, grand plie плавное, резкое.

Releve, вскок на полупальцы.

Battement tendu с работой пятки опорной ноги, с переводом на каблук.

Battement tendu gete.

Rond de gamb par terre.

Подготовка к «веревочке», «веревочка».

Grand battement gete

Растяжки.

Подготовка к прыжкам.

### *Тема 2. Танцевальные движения и комбинации на середине.*

Теория: правила исполнения танцевальных движений на середине.

Практика: разучивание танцевальных движений и комбинаций на развитие танцевальности; дроби, верчения, присядки, хлопушки, трюковые упражнения. Прыжки, упражнения для рук, port de bras. Самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

### **Раздел 3. Удмуртский танец (28).**

Теория: беседа, презентация, видео-показ о многообразии удмуртского танца, характерные особенности исполнения удмуртского танца. Знакомство с творчеством коллективов Удмуртии.

Практика: Основные движения удмуртского танца: вынос ноги на носок и каблук, шаги с носка, переступания, подбивка, боковые шаги, «гармошка», «моталочка», «моталочка в повороте», «веревочка», припадания, упадания, переменный шаг, трилистник, переменный бег, хлопушки.

Положения в паре: взявшись за руки, под руки, за локти и т.д.

Положения рук: опущенные вдоль корпуса, упершись в бок,

Верчения: на припаданиях, на беге, на переступаниях, с выносом ноги на пятку, «закрутка».

Трюковая подготовка: подготовка к присядке у станка; присядки: «мячик», «закладка», «разножка».

Дроби: «ключ» одинарный и двойной, двойная дробь, тройной притоп, дробные проходки, каблучные движения.

### **Раздел 4. Танцы народов Поволжья (32ч).**

(изучается по выбору педагога)

Теория: беседа, презентация, видео-показ о национальной самобытности, характерных обычаях и традициях народов Поволжья.

*Татарский танец:*

Основные движения: переменный бег, шаги накрест, поворот ступни, «гармошка», шаги с полупальцев, шаги на каблуках, шаги с приседанием, притопы, флики, переход с ноги на ногу, каблучные, «трилистник», боковые шаги.

Положения рук, положения в паре: под руку, за руки, за головой, открытые по 2 позиции, опущенные вдоль корпуса, качание руками впереди себя. Этюд на проученном материале.

### *Марийский танец:*

Основные движения: переменный бег, дроби, дробные проходки, каблучные шаги, прыжочки, переступания, повороты.

Положение рук: под руки, взявшись за плечи накрест, качание руками сгибом кистей рук. Этюд на проученном материале.

### *Чувашицкий танец (Л.Н.Нянина «Чувашицкий танец»):*

Основные движения: простой бытовой шаг, подскоки, движение с покачиванием корпуса, присядки, присядка с выносом ноги, присядка с разворотом колен, соскок с выносом ноги на каблук, боковые шаги «косичка», продвижения на полупальцах, «елочка», «гармошка», вращение на месте на одной ноге, тройной притоп, дробные проходки, припадания, переступания.

Положение в паре, положение рук.

Этюд на проученном материале.

## **Раздел 5. Фольклор (10ч)**

### *Тема 4.1. Пляски, кадрили русского народа.*

Теория: особенности исполнения.

Практика: разучивание.

### *Тема 4.3. Календарные праздники удмуртов и русских.*

Теория: Особенности народных праздников

Практика: подготовка и проведение народного праздника.

## **Раздел 6. Исследовательская деятельность (20ч).**

Теория: правила ведения исследовательской работы.

Практика: работа над исследованием и защита работы

## **Раздел 7. Постановка танца и работа над репертуаром (80ч).**

Теория: особенности исполнения танцевального материала, характерные особенности.

Практика: постановка и работа над танцевальным номером. Выступления на праздниках, конкурсах, концертах, фестивалях. Посещение концертов творческих коллективов.

## **Раздел 9. Итоговые занятия (4ч).**

Теория: тестирование

Практика: закрепление и исполнение проученного материала

## **Ожидаемые результаты 4 года обучения**

### ***Предметные***

- уметь качественно исполнять проученный танцевальный материал; легко, естественно и непринужденно выполнять танцевальные движения;
- различать характерные особенности удмуртского танца и танца народов Поволжья;

- знать творческие коллективы Удмуртии и России;
- знать характерные особенности народных праздников;
- владеть навыками ведения учебно – исследовательской деятельности;
- знать проученную терминологию народного и классического танца.

**Метапредметные:**

- уметь работать в коллективе на основе взаимопомощи и сотворчества;
- использовать различные источники информации при подготовке и проведении народных праздников и ведении учебно – исследовательской деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

**Личностные:**

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы;
- стремлением познать себя, свои потенциальные возможности, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

**Учебный план 5 года обучения.**

№	Наименование разделов и тем	Часов всего	Теория	Практ.	Формы контроля
1.	<b>Вводное занятие. Инструктаж.</b>	2	2		Опрос
2.	<b>Народный танец.</b> Тема 2.1. Экзерсис у станка. Тема 2.2. Танцевальные движения и комбинации на середине	40	6	34	Наблюдение, итоговое занятие
3.	<b>Финно- угорские танцы.</b> (по выбору педагога) Тема3.1 Основные движения Тема 3.2 Положения в паре Тема 3.3. Положения рук, port de bra Тема3.4 Этюд на проученном материале.	40	6	34	Наблюдение, итоговое занятие
4.	<b>Фольклор.</b> Тема 4.1. Фольклорные танцы удмуртов (по выбору педагога). Тема 4.2. Календарные праздники удмуртов и русских	30	4	26	Мероприятие
5.	<b>Исследовательская деятельность</b>	20	6	14	Защита
6.	<b>Постановка танца и работа над репертуаром.</b>	80	4	76	Выступление

<b>7.</b>	<b>Итоговые занятия</b>	4	-	4	зачет
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>	

### Содержание программы 5 года обучения

#### Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж (2ч).

Теория: Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с планом эвакуации, поведение при ЧС, поведение в хореографическом классе. Организационные вопросы.

#### Раздел 2. Народный танец (40ч)

*Тема 1. Экзерсис у станка.*

Теория: правила исполнения упражнений у станка.

Практика:

Комбинация *demi plie, grand plie* плавное, резкое, с перегибом корпуса.

Комбинация *battement tendu* с работой пятки опорной ноги, с выносом на носок и на пятку.

Комбинация *battement tendu gete*.

Выстукивания.

*Rond de gamb par terre*, обводка

*Flik-flak*

*Devloppe*

*Grand battement gete*

Растяжки.

Подготовка к прыжкам и трюкам.

*Тема 2. Танцевальные движения и комбинации на середине.*

Теория: правила исполнения танцевальных движений на середине.

Практика: комбинации на развитие танцевальности, выразительности и техники исполнения: верчения, дроби, прыжки, хлопучки, присядки, *port de bra*, трюки, самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций. Самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

#### Раздел 3. Финно- угорские танцы (40ч) (изучается по выбору педагога)

Теория: беседа, презентация, видео- показ о национальной самобытности, характерных обычаях и традициях финно-угорских народов

Практика: изучается по схеме:

-основные движения

-положения в паре

- положения рук, *port de bra*

- этюд на прочитанном материале.

#### Раздел 4. Фольклор (30ч)

*Тема 4.1. Фольклорные танцы удмуртов (по выбору педагога).*

Теория: характерные особенности, манера исполнения, особенности фольклорного костюма

Практика: разучивание танцевального материала

*Тема 4.2. Календарные праздники удмуртов и русских.*

Теория: Особенности народных праздников.

Практика: подготовка и проведение народного праздника.

### **Раздел 5. Исследовательская деятельность (20ч).**

Теория: правила и методика ведения исследовательской работы.

Практика: работа над исследованием в области искусства и культуры удмуртского народа

### **Раздел 6. Постановка танца и работа над репертуаром (80ч).**

Теория: особенности исполнения танцевального материала, характерные особенности, раскрытие идейного замысла и художественного образа в номере.

Практика: постановка, разводка и работа над танцевальным номером. Работа над сохранением репертуара, репетиции. Выступления на праздниках, конкурсах, концертах, фестивалях. Посещение концертов творческих коллективов.

### **Раздел 8. Итоговые занятия (4ч).**

Теория: знание проченных терминов, тестирование.

Практика: закрепление и исполнение проченного материала, зачет

## **Ожидаемые результаты**

### ***Предметные***

- уметь качественно исполнять проченный танцевальный материал; легко, естественно и непринужденно выполнять танцевальные движения;
- различать характерные особенности удмуртского фольклорного танца, финно-угорских танцев;
- владеть навыками ведения учебно – исследовательской деятельности;
- знать характерные особенности народных праздников;
- знать творческие коллективы Удмуртии и России, знаменитых и великих танцовщиков;
- знать проченную терминологию народного и классического танца.

### ***Метапредметные:***

- уметь работать в коллективе на основе взаимопомощи и сотворчества;
- проявлять способность к импровизации, использовать полученные знания и умения в самовыражении;
- использовать различные источники информации в самостоятельной деятельности;
- использовать полученные знания в ходе уроков в общеобразовательной школе;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

### ***Личностные:***

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.
- осознавать свои возможности, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять готовность к принятию самостоятельных решений;
- проявлять творческую инициативу и стремление к самовыражению;
- уважительно относиться к истории, традициям и культуре своего и других народов.

### **Условия реализации программы**

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень кадрового, методического и материально - технического обеспечения:

- методическая продукция (литература, видео и аудио материалы, методические разработки, сценарии праздников, Интернет - ресурсы);
- наличие измерительных и диагностических материалов;
- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);
- костюмы для концертных номеров;
- наличие раздевалки для учащихся и педагога.

В процессе реализации программы «Мир танца» принимает участие педагог высшей квалификационной категории.



### Календарный учебный график

Месяц	Год обучения, форма занятия															
	№ недели	1			2			3			4			5		
		Т	П	К	Т	П	К	Т	П	К	Т	П	К	Т	П	К
Сентябрь	1	Т	П		Т			Т			Т	П		Т	П	
	2		П	К	Т	П	К	Т	П		Т	П		Т	П	
	3	Т	П			П		Т	П	К		П		Т	П	
	4		П	К	Т	П	К	Т	П			П		Т	П	
Октябрь	1	Т	П			П		Т	П			П			П	
	2		П		Т	П	К	Т	П	К		П			П	
	3	Т	П			П		Т	П			П			П	
	4		П	К	Т	П	К	Т	П	К	Т	П		Т	П	
Ноябрь	1	Т	П		Т	П		Т	П		Т	П		Т	П	
	2		П	К		П	К	Т	П	К		П		Т	П	
	3	Т	П		Т	П		Т	П			П			П	
	4		П	К		П	К		П	К		П			П	
Декабрь	1	Т	П		Т	П		Т	П		Т	П			П	

	2	Т	П		Т	П		Т	П	К		П		Т	П	
	3		П		Т	П		Т	П			П		Т	П	
	4	Т	П	К		П	К		П	К		П			П	
Январь	1	Т	П	К	Т	П		Т	П			П			П	
	2		П			П		Т	П	К	Т	П			П	
	3	Т	П		Т	П		Т	П			П			П	К
	4		П	К		П	К		П	К		П	К	Т	П	
Февраль	1	Т	П		Т	П		Т	П		Т	П		Т	П	
	2		П			П		Т	П		Т	П		Т	П	
	3	Т	П	К	Т	П	К	Т	П	К	Т	П			П	К
	4		П			П			П			П		Т	П	
Март	1	Т	П	К	Т	П		Т	П		Т	П		Т	П	
	2		П		Т	П	К	Т	П			П	К		П	
	3		П	К		П	К	Т	П	К		П			П	
	4	Т	П		Т	П			П			П			П	
Апрель	1		П	К	Т	П	К	Т	П	К		П			П	
	2	Т	П			П		Т	П			П			П	
	3		П		Т	П		Т	П	К		П			П	

	4	Т	П	К		П	К	Т	П			П			П	
Май	1	Т	П		Т	П	К	Т	П	К		П			П	
	2		П	К		П		Т	П			П			П	
	3		П			П	К	Т	П	К		П	К		П	К
	4		П	К		П	К	Т	П	К		П	К		П	К
Всего часов		16	98	30	20	114	30	24	88	32	32	174	10	28	178	10
Итого за год	36 недель, 144 часа				36 недель, 144 часа			36 недель, 144 часа			36 недель, 216 часов			36 недель, 216 часов		

### Методическое обеспечение программы.

№	Наименование предмета	Методическое обеспечение
1.	Вводное занятие. Инструктаж.	Инструкции по ОТ, ТБ.
2.	Ритмика (музыка и движение)	<p>Видео семинара по ритмике педагогов: Макаровой Е.А., Быковой Л.И, Борисовой О.Н.</p> <p>Интернет ресурсы</p> <p>Конспект учебного занятия «Музыкально-ритмические упражнения как основа развития музыкально-ритмических способностей детей в народном характере»</p> <p>Е.В.Горшкова «От жеста к танцу» методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце</p>
3.	Классический танец.	<p>Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание:. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература»;</p> <p>Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания и помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ, студий;</p> <p>Г. Прибылов Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов</p> <p>Л.Н.Сафронова «Уроки классического танца»</p> <p>Презентация к занятию «Анна Павлова – лебедь русского балета»;</p> <p>«Творческий путь Майи Плисецкой»</p>
4.	Русский танец	<p>Белюченко Р.П. В копилку балетмейстера Танцы Урала. Материалы к научно- практической конференции по теме: «Русский танец на Урале»</p> <p>Т.Устинова «Лексика русского танца»;</p> <p>А.А.Климов «Русский народный танец» север России;</p> <p>Н.И. Заикин «Русский народный танец»;</p> <p>Интернет ресурсы;</p> <p>Методические разработки к занятиям по русскому танцу: «Народно – сценический танец»;</p> <p>«Работа над музыкальностью на занятиях по народно – сценическому танцу»;</p> <p>«Составление танцевальной комбинации на дробях»</p> <p>Презентации к занятиям «Ансамбль И. Моисеева»</p> <p>«Хороводы в культуре русского народа»</p>
5.	Удмуртский танец	<p>«Удмуртский народный костюм»: методическое пособие для школьников;</p> <p>Батурина Е.Н. «Удмуртские фольклорные танцы»;</p> <p>Удмуртский Государственный театр фольклорной песни и танца «Айкай»;</p> <p>Методическая разработка «Особенности удмуртского</p>

		<p>традиционного танца»</p> <p>Методическая разработка «Формы существования удмуртского народного танца»</p> <p>Методическая разработка: «Воспитание любви к родному краю через удмуртскую культуру»</p> <p>Интернет ресурсы</p> <p>Презентация к занятию «Творческие коллективы Удмуртии»</p>
6.	Танцы народов Поволжья	<p>Мордовский народный фольклорный коллектив «Ару Лихтибря»;</p> <p>Нянина Л.Н. Методические рекомендации для ведения репетиционных занятий и уроков «Чаваш ташши» (Чувашский танец);</p> <p>Гай Тагиров «100 татарских фольклорных танцев»</p> <p>«Национальные танцы народов Поволжья»</p> <p>Интернет ресурсы</p>
7.	Финно-угорские танцы	<p>Альбом «Образцовый коллектив России детский фольклорный ансамбль «Крууга»; видео материалы Международного фестиваля финно – угорских народов «Сугуваставунду», «Карельские песни и танцы»</p> <p>Учебное пособие «Учимся петь и танцевать по-финно-угорски: сборник песен и танцев финно-угорских народов с аудио- и видеоматериалами»</p>
8.	Фольклор	<p>Учебно- методический фильм «Бытовые танцы и кадрили»; Удмуртский Государственный театр фольклорной песни и танца «Айкай»;</p> <p>Традиционные игры финно-угорских и самодийских народов;</p> <p>Образцовый коллектив России детский фольклорный Ансамбль «Крууга»: «Девичий праздник «Троица», ансамбль кантелистов;</p> <p>Мальми В.В. Праздник и танец. – Петрозаводск: Карелия.;</p> <p>Устинова Т.А. Фольклорные танцы тверской земли.;</p> <p>«Костюм и праздник» - Петрозаводск: Карелия.</p> <p>Владыкин В.Е. Перевозчикова Т.Г. Годовой обрядовый цикл удмуртской общины «бускель» (материал к народному календарю) // Специфика жанров удмуртского фольклора</p> <p>Д.А.Рытов «Традиции народной культуры в музыкальном воспитании детей»</p> <p>Долганова Л.Н. Удмуртский детский фольклор.</p> <p>Капица О.И. Детский фольклор.</p> <p>Попова Е.В. Праздничное общение молодежи: игры и развлечения/ Традиционное поведение и общение удмуртов</p> <p>Сценарии праздников: «Широкая масленица», «Гуляй, гуляй Троица», «Святки – колядки», «Праздник русской березки»</p>

9.	Исследовательская деятельность	<p>«Опыт организации учебно- исследовательской деятельности школьников»: Методическое пособие для педагогов дополнительного образования, учителей и обучающихся. Составитель Краевских В.М.</p> <p>Вера Феоктистова: Исследовательская и проектная деятельность младших школьников. Рекомендации, проекты. ФГОС</p> <p>Методическое пособие: «Организация исследовательской деятельности учащихся (в рамках ФГОС)»</p> <p>Авторы пособия: Бамбизова Л.В., Примудрова И.Г., Чуйкова Н.П.</p> <p>Методические рекомендации по организации исследовательской деятельности учащихся, научно-практических конференций и творческих отчетов.</p> <p>Творческая мастерская учителя «Организация исследовательской деятельности учащихся в условиях реализации ФГОС»</p>
----	--------------------------------	--

### Контрольно – измерительные материалы

#### Способы определения результативности:

##### Виды контроля.

Время проведения	Цель проведения	форма контроля
<b>Начальный или входной контроль</b>		
В начале учебного года	Определение уровня развития детей, их задатков, творческих способностей	Опрос, педагогическое наблюдение, входная диагностика.
<b>Текущий контроль</b>		
В течение учебного года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, текущая диагностика контроля уровня хореографической подготовки, опрос, самостоятельная работа, праздник, концерт, конкурс
<b>Итоговый контроль</b>		
В конце учебного года или курса обучения	Определение изменения уровня развития детей. Определение результатов обучения.	Конкурс, концерт, фестиваль, праздник, творческая работа,

	Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	итоговое занятие, тестирование, зачет и др.
--	---	---

### Контроль уровня хореографической подготовки

**Хореографические умения.** Танцевальные движения, осанка, прыжок, танцевальные шаги, бег.

**Музыкально – ритмические навыки, координация движений.** Чувство ритма, равновесие, различные позы, групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях), согласование движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное), умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

**Эмоциональная выразительность** – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Параметры оценивания	Критерии оценивания (уровень подготовки)		
	Высокий (В)	Средний (С)	Низкий (Н)
Хореографические умения	Хорошая осанка; отличная выворотность; Легкий высокий прыжок; грамотное исполнение проученных движений	Не очень хорошая осанка; выворотность средняя; легкий средний прыжок; неточное исполнение проученных танцевальных движений.	Плохая осанка; плохая выворотность (косолапость); нет прыжка; неграмотное исполнение проученных движений.
Музыкально – ритмические навыки, координация движений.	Отличное чувство ритма; четкая ориентация в пространстве класса; отличное удерживание равновесия; четкое исполнение танцевальных элементов под	Среднее чувство ритма; не четкая ориентация в пространстве класса; среднее удерживание равновесия; не четкое исполнение	Нет чувства ритма Плохая координации движений; не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением

	музыку	танцевальных элементов под музыку	
Эмоциональная выразительность	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене; легко и быстро перевоплощается в нужный образ; создание сценического образа не требует больших усилий.	Не очень эмоционально выразительный, есть небольшой зажим на сцене; создание сценического образа дается сложно; не сразу перевоплощается в нужный образ	Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене; не может создать сценический образ

**Тест для оценки знаний терминологии классического танца 5 года обучения.**

*До 50% низкий уровень знаний*

*51-80% средний уровень знаний*

*81-100% высокий уровень знаний*

**1. Pas (па):**

а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**2. Preparation (препарасьон):**

а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;

б) приготовление, подготовка.

**3. Port de bras (пор де бра):**

а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**4. En face (ан фас):**

а) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;

б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**5. En dedans (ан дедан):**

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**6. En dehors (ан деор):**

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**7. Demi (деми):**



а) маленький;

б) средний, небольшой.

**8. Grand (гранд):**

а) большой;

б) средний, небольшой.

**9. Plie (плие):**

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) приседание.

**10. Battement tendu (батман тандю):**

а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**11. Jete (жете):**

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**12. Grand battement (гранд батман):**

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) большой батман движение.

**13. Releve (релеве):**

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**14. Relevelent (релевелян):**

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**15. Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер):**

а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;

б) круг ногой в воздухе.

**16. Rond de jambe en l'air (ронд де жамб ан лер):**

а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;

б) круг ногой в воздухе.

**17. Port de bras (пор де бра):**

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) наклоны корпуса, головы.

**18. Sauté (соте):**

а) простой прыжок с двух ног на одну;

б) прыжок на месте по позициям.

**Тест для оценки знаний терминологии классического танца бгод обучения.**

*До 50% низкий уровень знаний*

*51-80% средний уровень знаний*

*81-100% высокий уровень знаний*

**1. Adagio (адажио):**

а) медленно, медленная часть танца;

б) быстро, прыжки.

**2. Allegro (аллегро):**

- а) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

**3. Aplomb (апломб):**

- а) устойчивость;
- б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

**4. Pas (па):**

- а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;
- б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**7. Preparation (препарасьон):**

- а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;
- б) приготовление, подготовка.

**8. de bras (пор де бра):**

- а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;
- б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**9. En face (ан фас):**

- а) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**10. En dedans (ан дедан):**

- а) внутрь, в круг;
- б) наружу, из круга.

**11. En dehors (ан деор):**

- а) внутрь, в круг;
- б) наружу, из круга.

**12. Petit (пти):**

- а) маленький;
- б) средний, небольшой.

**13. Demi (деми):**

- а) маленький;
- б) средний, небольшой.

**14. Grand (гранд):**

- а) большой;
- б) средний, небольшой.

**15. Passe (пассе):**

- а) поворот корпуса во время движения.
- б) от гл. «проводить, проходить»; связующее движение, проведение или переводение ноги.

**16. Plie (плие):**

- а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;
- б) приседание.

**17. Battement (батман):**

- а) размах, биение;
- б) бросок ноги на месте или в прыжке.

**18. Battement tendu (батман тандю):**

- а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;
- б) движение с ударом, или ударное движение.

**19.Jete (жете):**

- а) бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) движение с ударом, или ударное движение.

**20.Grand battement (гранд батман):**

- а) бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) большой батман движение.

**21.Battement fondu (батман фондю):**

- а) мягкое, плавное, «тающее» движение;
- б) движение с двойным ударом.

**22.Releve (релеве):**

- а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90\*.

**23.Relevelent (релеве лян):**

- а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90\*.

**24.Pas de bourree (па де буре):**

- а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;
- б) наклоны корпуса, головы.

**25.Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер):**

- а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
- б) круг ногой в воздухе.

**26.Sauté (соте):**

- а) простой прыжок с двух ног на одну;
- б) прыжок на месте по позициям.

**27.Echappe (эшаппэ):**

- а) прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.
- б) прыжок с переменной ног в воздухе (в V позиции).

**Тест для оценки знаний терминологии классического танца 7, 8 годов обучения.**

*До 50% низкий уровень знаний*

*51-80% средний уровень знаний*

*81-100% высокий уровень знаний*

***1.Adagio (адажио):***

- а) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

***2.Allegro (аллегро):***

- а) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

***3.Pas (па):***

а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**4. *Preparation (препарасьон):***

а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;

б) приготовление, подготовка.

**5. *Portdebras (пор де бра):***

а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**6. *En face (ан фас):***

а) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;

б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**7. *En dedans (ан дедан):***

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**8. *Endehors (ан деор):***

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**9. *Demi (деми):***

а) маленький;

б) средний, небольшой.

**10. *Grand (гранд):***

а) большой;

б) средний, небольшой.

**11. *Plie (плие):***

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) приседание.

**12. *Battement tendu (батман тандю):***

а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**13. *Jete (жете):***

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**14. *Grand battement (гранд батман):***

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) большой батман движение.

**15. *Battement fondu (батман фондю):***

а) мягкое, плавное, «тающее» движение;

б) движение с двойным ударом.

**16. *Releve (релеве):***

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**17. *Relevent (релевелан):***

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**18 .Pas de bourree (надебуре):**

- а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;
- б) наклоны корпуса, головы.

**19.Rond de jambe par terre (ронд де жамб партер):**

- а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
- б) круг ногой в воздухе.

**20 .Port de bras (пор де бра):**

- а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;
- б) наклоны корпуса, головы.

**Диагностика личностного развития**

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА**

**мониторинга развития качеств личности обучающихся**

Детское объединение \_\_\_\_\_

Образ. Программа \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ Педагог \_\_\_\_\_

Уч. Год \_\_\_\_\_

ФИО уч-ся	Качества личности и признаки проявления									
	Активность, организаторские способности		Коммуника- тивные качества, коллективизм		Ответствен- ность, самостоя- тельность, дисциплини- рованность		Нравствен- ность. Гуман- ность		Креативность ,склонность к исследовател ьско- проективной деятельности	
	1 полу год е	2 полуго дие	1 полуг одие	2 полуго дие	1 пол угод ие	2 полуго дие	1 пол угод ие	2 пол угод ие	1 полуг одие	2 полуг одие

**1. Активность, организаторские способности**

Ярко проявляются 3 балла	Проявляются 2 балла	Слабо проявляются 1 балл	Не проявляются 0 баллов
-----------------------------	------------------------	-----------------------------	-------------------------------

Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других.	Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов.	Мало активен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая.	Пропускает занятия, мешает другим.
--	--	--	------------------------------------

## 2. Коммуникативные навыки, коллективизм

<b>Ярко проявляется 3 балла</b>	<b>Проявляются 2 балла</b>	<b>Слабо проявляются 1 балл</b>	<b>Не проявляются 0 баллов</b>
Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией.	Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией.	Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает.	Замкнут, общение затруднено, адаптируется в коллективе с трудом, является инициатором конфликтов.

## 3. Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность

<b>Ярко проявляется 3 балла</b>	<b>Проявляется 2 балла</b>	<b>Слабо проявляется 1 балл</b>	<b>Не проявляется 0 баллов</b>
Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других.	Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с	Уклоняется от поручений, безответствен. Часто недисциплинирован, нарушает правила

Всегда дисциплинирован, везде соблюдает правила поведения, требует того же от других.	отсутствия контроля, но не требует этого от других.	поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности преподавателя или товарищей.	поведения, слабо реагирует на воспитательные воздействия.
---	---	---	---

#### 4. Нравственность, гуманность

<b>Ярко проявляется 3 балла</b>	<b>Проявляется 2балла</b>	<b>Слабо проявляется 1 балл</b>	<b>Не проявляется 0 баллов</b>
Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость, недобрые отношения к людям.	Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других.	Помогает другим по поручению преподавателя, не всегда выполняет обещания, в присутствии старших чаще скромн, со сверстниками бывает груб.	Недоброжелателен, груб, пренебрежителен, высокомерен с товарищами и старшими, часто обманывает, неискренен.

#### 5. Креативность, склонность к исследовательски – проектировочной деятельности

<b>Ярко проявляется 3 балла</b>	<b>Проявляется 2балла</b>	<b>Слабо проявляется 1 балл</b>	<b>Не проявляется 0 баллов</b>
Имеет высокий творческий потенциал. Самостоятельно выполняет исследовательские, проектировочные работы. Является разработчиком проекта, может создать проектировочную команду и организовать ее деятельность. Находит	Выполняет исследовательские, проектировочные работы, может разработать свой проект с помощью преподавателя. Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы.	Может работать в исследовательско-проектировочной группе при постоянной поддержке и контроле. Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы.	В проектно-исследовательскую деятельность не вступает. Уровень выполнения заданий репродуктивный.

нестандартные решения, новые способы выполнения заданий.			
---	--	--	--

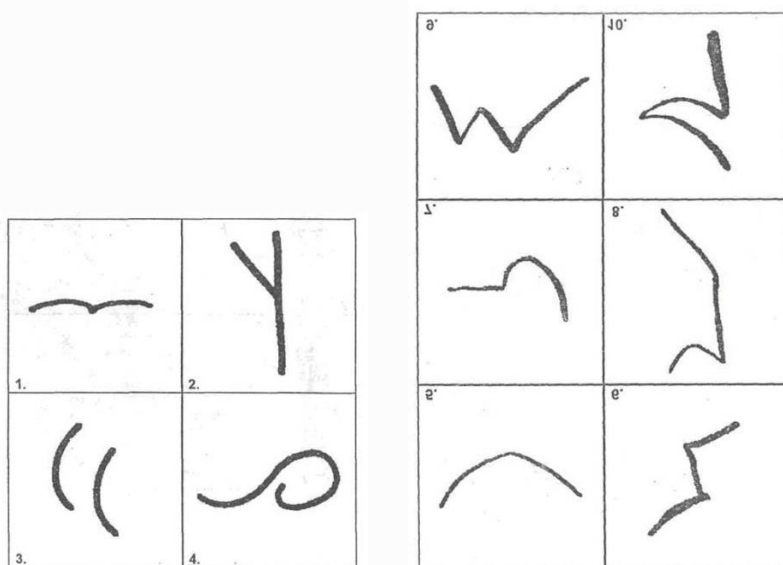
**Диагностика уровня развития креативного мышления П.Торренса  
Субтест «Закончи рисунок»**

**Фамилия..... Имя..... Дата.....**

На этих двух страницах нарисованы незаконченные фигурки. Если ты добавишь к ним дополнительные линии, у тебя получатся интересные предметы или сюжетные картинки.

На выполнение этого задания отводится 10 минут. Постарайся придумать такую картинку или историю, которую никто другой не сможет придумать. Сделай ее полной и интересной, добавляй к ней новые идеи.

Придумай интересное название для каждой картинки и напиши его внизу под картинкой.



**Интерпретация результатов тестирования.**

*Беглость.* Этот показатель определяется подсчетом числа завершенных фигур. Максимальный балл равен 10.

*Гибкость.* Этот показатель определяется числом различных категорий ответов. Для определения категории могут использоваться как сами рисунки, так и их названия (что иногда не совпадает).

*Оригинальность.* Максимальная оценка равна 2 баллам для неочевидных ответов с частотой менее 2%, минимальная — 0 баллов для ответов с частотой 5 % и более, а 1 балл засчитывается за ответы, встречающиеся в 2 — 4,9 % случаев.



Премиальные баллы за оригинальность ответов, в которых испытуемый объединяет несколько исходных фигур в единый рисунок. Торренс считает это проявлением высокого уровня творческих способностей, поскольку такие ответы довольно редки. Торранс считает необходимым присуждать дополнительные баллы за оригинальность за объединение в блоки исходных фигур: объединение двух рисунков — 2 балла; объединение 3—5 рисунков — 5 баллов; объединение 6 — 10 рисунков — 10 баллов. Эти премиальные баллы добавляются к общей сумме баллов за оригинальность по всему заданию.

*Разработанность.* При оценке тщательности разработки ответов баллы даются за каждую значимую деталь (идею), дополняющую исходную стимульную фигуру, как в границах ее контура, так и за ее пределами. При этом, однако, основной, простейший ответ должен быть значимым, иначе его разработанность не оценивается.

Один балл дается за:

- каждую существенную деталь общего ответа. При этом каждый класс деталей оценивается один раз и при повторении не учитывается. Каждая дополнительная деталь отмечается точкой или крестиком один раз;

- цвет, если он дополняет основную идею ответа;

- специальную штриховку (но не за каждую линию, а за общую идею);

- тени, объем, цвет;

- украшение, если оно имеет смысл само по себе;

- каждую вариацию оформления (кроме чисто количественных повторений), значимую по отношению к основному ответу. Например, одинаковые предметы разного размера могут передавать идею пространства;

- поворот рисунка на 90° и более, необычность ракурса (вид изнутри, например), выход за рамки задания большей части рисунка;

- каждую подробность в названии сверх необходимого минимума. Если линия разделяет рисунок на две значимые части, подсчитывают баллы в обеих частях рисунка и суммируют их. Если линия обозначает определенный предмет - шов, пояс, шарф и т. д., то она оценивается 1 баллом

### **Тест коммуникативных умений Михельсона** Автор: Л. Михельсон.

Для подростков 11-15 лет

*Цель:* Определение уровня коммуникативности и качества сформированности осн коммуник умений.

*Инструкция:* Мы просим Вас внимательно прочитать каждую из описанных ситуаций и выбрать один вариант поведения в ней. Это должно быть наиболее характерное для Вас поведение, то, что Вы действительно делаете в таких случаях, а не то, что, по-вашему, следовало бы делать.

Тестовый материал:

1. Кто-либо говорит Вам: "Мне кажется, что Вы замечательный человек". Вы обычно в подобных ситуациях:

а) Говорите: "Нет, что Вы! Я таким не являюсь".

б) Говорите с улыбкой: "Спасибо, я действительно человек выдающийся".

в) Говорите: "Спасибо".

г) Ничего не говорите и при этом краснеете.

д) Говорите: "Да, я думаю, что отличаюсь от других и в лучшую сторону".

2. Кто-либо совершает действие или поступок, которые, по Вашему мнению, являются замечательными. В таких случаях Вы обычно:

а) Поступаете так, как если бы это действие не было столь замечательно, и при этом говорите: "Нормально!"

б) Говорите: "Это было отлично, но я видел результаты получше".

в) Ничего не говорите.

г) Говорите: "Я могу сделать гораздо лучше".

д) Говорите: "Это действительно замечательно!"

3. Вы занимаетесь делом, которое Вам нравится, и думаете, что оно у Вас получается очень хорошо. Кто-либо говорит: "Мне это не нравится!" Обычно в таких случаях Вы:

а) Говорите: "Вы - болван!"

б) Говорите: "Я все же думаю, что это заслуживает хорошей оценки".

в) Говорите: "Вы правы", хотя на самом деле не согласны с этим.

г) Говорите: "Я думаю, что это выдающийся уровень. Что Вы в этом понимаете".

д) Чувствуете себя обиженным и ничего не говорите в ответ.

4. Вы забыли взять с собой какой-то предмет, а думали, что принесли его, и кто-то говорит Вам: "Вы такой растяпа! Вы забыли бы и свою голову, если бы она не была прикреплена к плечам". Обычно Вы в ответ:

а) Говорите: "Во всяком случае, я толковее Вас. Кроме того, что Вы в этом понимаете!"

б) Говорите: "Да, Вы правы. Иногда я веду себя как растяпа".

в) Говорите: "Если кто-либо растяпа, то это Вы".

г) Говорите: "У всех людей есть недостатки. Я не заслуживаю так оценки только за то, что забыл что-то".

д) Ничего не говорите или вообще игнорируете это заявление.

5. Кто-либо, с кем Вы договорились встретиться, опоздал на 30 минут, и это Вас расстроило, причем человек этот не дает никаких объяснений своему опозданию. В ответ Вы обычно:

а) Говорите: "Я расстроен тем, что Вы заставили меня столько ожидать".

б) Говорите: "Я все думал, когда же Вы придете".

в) Говорите: "Это был последний раз, когда я заставил себя ожидать Вас".

г) Ничего не говорите этому человеку.

д) Говорите: "Вы же обещали! Как Вы смели так опаздывать!"

6. Вам нужно, чтобы кто-либо сделал для Вас одну вещь. Обычно в таких случаях Вы:

а) Никого ни о чем не просите.

б) Говорите: "Вы должны сделать это для меня".

в) Говорите: "Не могли бы Вы сделать для меня одну вещь?", после этого объясняете суть дела.

г) Слегка намекаете, что Вам нужна услуга этого человека.

д) Говорите: "Я очень хочу, чтобы Вы сделали это для меня".

7. Вы знаете, что кто-то чувствует себя расстроенным. Обычно в таких ситуациях Вы:

а) Говорите: "Вы выглядите расстроенным. Не могу ли я помочь?"

б) Находясь рядом с этим человеком, не заводите разговора о его состоянии.

в) Говорите: "У Вас какая-то неприятность?"

г) Ничего не говорите и оставляете этого человека наедине с собой.

д) Смеясь говорите: "Вы просто как большой ребенок!"

8. Вы чувствуете себя расстроенным, а кто-либо говорит: "Вы выглядите расстроенным". Обычно в таких ситуациях Вы:

а) Отрицательно качаете головой или никак не реагируете.

б) Говорите: "Это не Ваше дело!"

в) Говорите: "Да, я немного расстроен. Спасибо за участие".

- г) Говорите: "Пустяки".
- д) Говорите: "Я расстроен, оставьте меня одного".

9. Кто-либо порицает Вас за ошибку, совершенную другими. В таких случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Вы с ума сошли!"
- б) Говорите: "Это не моя вина. Эту ошибку совершил кто-то другой".
- в) Говорите: "Я не думаю, что это моя вина".
- г) Говорите: "Оставьте меня в покое, Вы не знаете, что Вы говорите".
- д) Принимаете свою вину или не говорите ничего.

10. Кто-либо просит Вас сделать что-либо, но Вы не знаете, почему это должно быть сделано. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Говорите: "Это не имеет никакого смысла, я не хочу это делать".
- б) Выполняете просьбу и ничего не говорите.
- в) Говорите: "Это глупость; я не собираюсь этого делать".
- г) Прежде чем вып просьбу, говорите: "Объясните, пожалуйста, почему это должно быть сделано".
- д) Говорите: "Если Вы этого хотите...", после чего выполняете просьбу.

11. Кто-то говорит Вам, что по его мн, то, что Вы сделали, великолепно. В так случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Да, я обычно это делаю лучше, чем большинство других людей".
- б) Говорите: "Нет, это не было столь здорово".
- в) Говорите: "Правильно, я действительно это делаю лучше всех".
- г) Говорите: "Спасибо".
- д) Игнорируете услышанное и ничего не отвечаете.

12. Кто-либо был очень любезен с Вами. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Говорите: "Вы действительно были очень любезны по отношению ко мне".
- б) Действуете так, будто этот человек не был столь любезен к Вам, и говорите: "Да, спасибо".
- в) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня вполне нормально, но я заслуживаю большего".

г) Игнорируете этот факт и ничего не говорите.

д) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня недостаточно хорошо".

13. Вы разговариваете с приятелем очень громко, и кто-либо говорит Вам: "Извините, но Вы ведете себя слишком шумно". В таких случаях Вы обычно:

- а) Немедленно прекращаете беседу.
- б) Говорите: "Если Вам это не нравится, проваливайте отсюда".
- в) Говорите: "Извините, я буду говорить тише", после чего ведется беседа приглушенным голосом.
- г) Говорите: "Извините" и прекращаете беседу.
- д) Говорите: "Все в порядке" и продолжаете громко разговаривать.

14. Вы стоите в очереди, и кто-либо становится впереди Вас. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Негромко комментируете это, ни к кому не обращаясь, напр: "Некот люди ведут себя очень нервно".
- б) Говорите: "Становитесь в хвост очереди!"
- в) Ничего не говорите этому типу.
- г) Говорите громко: "Выйди из очереди, ты, нахал!"
- д) Говорите: "Я занял очередь раньше Вас. Пожалуйста, станьте в конец очереди".

15. Кто-либо делает что-нибудь такое, что Вам не нравится и вызывает у Вас сильное раздражение. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Выкрикиваете: "Вы болван, я ненавижу Вас!"
- б) Говорите: "Я сердит на Вас. Мне не нравится то, что Вы делаете".

- в) Действуете так, чтобы повредить этому делу, но ничего этому типу не говорите.
- г) Говорите: "Я рассержен. Вы мне не нравитесь".
- д) Игнорируете это событие и ничего не говорите этому типу.

16. Кто-либо имеет что-нибудь такое, чем Вы хотели бы пользоваться. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Говорите этому человеку, чтобы он дал Вам эту вещь.
- б) Воздерживаетесь от всяких просьб.
- в) Отбираете эту вещь.
- г) Говорите этому человеку, что Вы хотели бы пользоваться дан пр-том, и затем просите его у него.
- д) Рассуждаете об этом предмете, но не просите его для пользования.

17. Кто-либо спрашивает, может ли он получить у Вас определенный предмет для временного пользования, но так как это новый предмет, Вам не хочется его одалживать. В таких случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Нет, я только что достал его и не хочу с ним расставаться; м б когда-нибудь потом".
- б) Говорите: "Вообще-то я не хотел бы его давать, но Вы можете попользоваться им".
- в) Говорите: "Нет, приобретайте свой!"
- г) Одалживаете этот предмет вопреки своему нежеланию.
- д) Говорите: "Вы с ума сошли!"

18. Какие-то люди ведут беседу о хобби, которое нравится и Вам, и Вы хотели бы присоединиться к разговору. В таких случаях Вы обычно:

- а) Не говорите ничего.
- б) Прерываете беседу и сразу же начинаете рассказывать о своих успехах в этом хобби.
- в) Подходите поближе к группе и при удобном случае вступаете в разговор.
- г) Подходите поближе и ожидаете, когда собеседники обратят на Вас внимание.
- д) Прерываете беседу и тотчас начинаете говорить о том, как сильно Вам нравится это хобби.

19. Вы занимаетесь своим хобби, а кто-либо спрашивает: "Что Вы длаете?" Обычно Вы:

- а) Говорите: "О, это пустяк". Или: "Да ничего особенного".
- б) Говорите: "Не мешайте, разве Вы не видите, что я занят?"
- в) Продолжаете молча работать.
- г) Говорите: "Это совсем Вас не касается".
- д) Прекращаете работу и объясняете, что именно Вы делаете.

20. Вы видите споткнувшегося и падающего человека. В таких случаях Вы:

- а) Рассмеявшись, говорите: "Почему Вы не смотрите под ноги?"
- б) Говорите: "У Вас все в порядке? Может быть я что-либо могу для Вас сделать?"
- в) Спрашиваете: "Что случилось?"
- г) Говорите: "Это все колдобины в тротуаре".
- д) Никак не реагируете на это событие.

21. Вы стукнулись головой о полку и набили шишку. Кто-либо говорит: "С Вами все в порядке?" Обычно Вы:

- а) Говорите: "Я прекрасно себя чувствую. Оставьте меня в покое!"
- б) Ничего не говорите, игнорируя этого человека.
- в) Говорите: "Почему Вы не занимаетесь своим делом?"
- г) Говорите: "Нет, я ушиб свою голову, спасибо за внимание ко мне".
- д) Говорите: "Пустяки, у меня все будет о'кей".

22. Вы допустили ошибку, но вина за нее возложена на кого-либо др. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Не говорите ничего.

- б) Говорите: "Это их ошибка!"
- в) Говорите: "Эту ошибку допустил Я".
- г) Говорите: "Я не думаю, что это сделал этот человек".
- д) Говорите: "Это их горькая доля".

23. Вы чувствуете себя оскорбл словами, сказанными кем-л в Ваш адрес. В так случаях Вы обычно:

- а) Уходите прочь от этого человека, не сказав ему, что он расстроил Вас.
- б) Заявляете этому человеку, чтобы он не смел больше этого делать.
- в) Ничего не говорите этому человеку, хотя чувствуете себя обиженным.
- г) В свою очередь оскорбляете этого человека, называя его по имени.
- д) Заявляете этому ч-ку, что Вам не нравится то, что он сказал, и что он не д-н этого делать снова.

24. Кто-либо часто перебивает, когда Вы говорите. Обычно в таких случаях Вы:

- а) Говорите: "Извините, но я хотел бы закончить то, о чем рассказывал".
- б) Говорите: "Так не делают. Могу я продолжить свой рассказ?"
- в) Прерываете этого человека, возобновляя свой рассказ.
- г) Ничего не говорите, позволяя другому человеку продолжать свою речь.
- д) Говорите: "Замолчите! Вы меня перебили!"

25. Кто-л просит Вас сделать что-л, что помешало бы Вам осуществить св планы. В этих усл-ях Вы обычно:

- а) Говорите: "Я действительно имел другие планы, но я сделаю то, что Вы хотите.
- б) Говорите: "Ни в коем случае! Поищите кого-нибудь еще".
- в) Говорите: "Хорошо, я сделаю то, что Вы хотите".
- г) Говорите: "Отойдите, оставьте меня в покое".
- д) Говорите: "Я уже приступил к осуществлению других планов. Может быть, когда-нибудь потом".

26. Вы видите кого-либо, с кем хотели бы встретиться и познакомиться. В эт ситуации Вы обычно:

- а) Радостно окликаете этого человека и идете ему навстречу.
- б) Подходите к этому человеку, представляетесь и начинаете с ним разговор.
- в) Подходите к этому человеку и ждете, когда он заговорит с Вами.
- г) Подходите к этому человеку и начинаете рассказывать о крупных делах, совершенных Вами.
- д) Ничего не говорите этому человеку.

27. Кто-л, кого Вы раньше не встречали, останавливается и окликает Вас возгласом "Привет!" В таких случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Что Вам угодно?"
- б) Не говорите ничего
- в) Говорите: "Оставьте меня в покое".
- г) Произносите в ответ "Привет!", представляетесь и просите эт ч-ка представиться в свою очередь.
- д) Киваете головой, произносите "Привет!" и проходите мимо.

### ***Интерпретация.***

Все вопросы разделены авторами на 5 типов коммуникативных ситуаций:

- ситуации, в которых требуется реакция на положительные высказывания партнера (вопросы 1, 2, 11, 12)
- ситуации, в которых подросток должен реагировать на отрицательные высказывания (вопросы 3, 4, 5, 15, 23, 24)
- ситуации, в которых к подростку (старшекласснику) обращаются с просьбой (вопросы 6, 10, 14, 16, 17, 25)
- ситуации беседы (13, 18, 19, 26, 27)

- ситуации, в которых требуется проявление эмпатии (понимание чувств и состояний другого человека (вопросы 7, 8, 9, 20, 21, 22).

*Обработка и анализ результатов:* Отметьте, какой способ общения Вы выбрали (зависимый, компетентный, агрессивный) в каждой предложенной ситуации в соответствии с ключом. Проанализируйте результаты: какие умения у Вас сформированы, какой тип поведения преобладает?

Блоки умений:

1. Умение оказывать и принимать знаки внимания (компл-нты) от сверстника - вопросы 1, 2, 11, 12.
2. Реагирование на справедливую критику - вопросы 4, 13.
3. Реагирование на несправедливую критику - вопросы 3, 9.
4. Реагирование на задевающее, провоцир повед-е со стороны собеседника – в-ы 5, 14, 15, 23, 24.
5. Умение обратиться к сверстнику с просьбой - вопросы 6, 16.
6. Умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать "нет" - вопросы 10, 17, 25.
7. Умение самому оказать сочувствие, поддержку - вопросы 7, 20.
8. Умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников - вопросы 8, 21.
9. Умение вступить в контакт с другим человеком, контактность - вопросы 18, 26.
10. Реагирование на попытку вступить с тобой в контакт - вопросы 19, 27.

### Список литературы для педагога

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
3. Сан -Пин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41)
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008) о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
6. Ананьев Б.Г. Формирование одаренности // Склонности и одаренности. М., 1962
7. Азаров, Ю.П. Семейная педагогика. Воспитание ребенка в любви, свободе и творчестве / Ю.П. Азаров. - М.: Эксмо, 2015. - 496 с.
8. Бабакин, Б., С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Уч. Пособие / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. Фатыхов и др. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 128 с.
9. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания и помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ, студий. – СПб.: «Люкси», «РЕСПЕКС». – 256с., ил.
10. Батурина Е.Н. «Удмуртские фольклорные танцы» Ижевск 2002.
11. Белюченко Р.П. В копилку балетмейстера Танцы Урала. Материалы к научно-практической конференции по теме: «Русский танец на Урале» март 2000г., г. Челябинск.
12. Богомолова З.А. «Удмурты». – М.:ГОЛОС- ПРЕСС,2005.-656 с.- (Серия «культурное наследие народов России»).
13. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание .: Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2001. – 192с.
14. Зимняя И.А. Педагогическая психология: Учеб. пособие. Ростов н/Д, 1997.
15. Лебедева С.Х. Удмуртская народная одежда.- Ижевск «Удмуртия». – 2008г.
16. Мальми В.В. Праздник и танец. – Петрозаводск: Карелия, 2005. – 208с.
17. Мандель Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие. – М.: Вузовский учебник:ИНФРА-М, 2013. – 352с.
18. Нянина Л.Н. Методические рекомендации для ведения репетиционных занятий и уроков «Чаваш ташши» (Чувашский танец). – Чебоксары. 2004. -44с.
19. Одаренные дети: Пер.с англ./Общ.ред.Г.В.Бурменской и В.М.Слущкого;Предисл.В.М. –М.:Прогресс,1991. – 376 с.
20. Пеуелис В.Д. Твои возможности, человек! Изд. 5 –ое, перераб. и доп. – М.: Знание, 1986. – 272 с.
21. Популярная психология для родителей /Под ред. А.А.Бодалева. – М.: Педагогика, 1989. – 256 с. – (библиотека для родителей).
22. Устинова Т.А. Фольклорные танцы тверской земли. Издательство Алексей Ушаков и К». 2002г.. – 160с.,ил.
23. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. – М.:

Просвещение, 1991. – 288с.: ил. – (Психол. наука – школе. – ISBN 5-09-001743-3.

24. Хэрольд Р. Костюмы народов мира. Иллюстрированная энциклопедия. – М.: Изд-во ЭКСМО- Пресс, 2002.- 240с., илл.

### **Список литературы для детей**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания и помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ, студий. – СПб.: «Люкси», «РЕСПЕКС». – 256с., ил.

2. Богомолова З.А. «Удмурты». – М.:ГОЛОС- ПРЕСС,2005.-656 с.- (Серия «культурное наследие народов России»).

3. Дешкова И.П. Загадки Терпсихоры/ Худож. В. Косоруков.- М.:Дет. лит., 1989.- 54с.: ил.

4. Коробов С.Н. Путь в большой балет: Семь уроков в Пермском хореографическом училище. –Пермь: Кн. Изд-во, 1989.- 141с.

5. Лиёпа М.Э. Вчера и сегодня в балете. М,; Мол. гвардия, 1982. – 190с., ил. – (Мастера искусств –молодёжи).

6. Хэрольд Р. Костюмы народов мира. Иллюстрированная энциклопедия. – М.: Изд-во ЭКСМО- Пресс, 2002.- 240с., ил.