

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Центрального района Санкт-Петербурга «Фонтанка-32»

ПРИНЯТА
решением Педагогического Совета
ГБУ ДО ДДТ «Фонтанка-32»

Протокол № 3
от 31 августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБУ ДО ДДТ «Фонтанка-32»

№ 95-о от 31 августа 2026 г.
И.о. директора ГБУ ДО ДДТ «Фонтанка-32»
_____ Курсман Н.В.

Курсман
Нина
Викторовна

Подписано цифровой
подписью: Курсман
Нина Викторовна
Дата: 2026.10.05
11:43:08 +03'00'

**АДАПТИРОВАННАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Возрождение в танце»

возраст учащихся: 7 – 17 лет
срок реализации: 6 лет

Разработчик:
Задорина А.С.
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

В настоящее время хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. **Данная программа дает возможность обогатить внутренний мир детей, стать им увереннее в себе, раскрепоститься, осознать свою уникальность. Благодаря данной программе дети с ограниченными возможностями научатся двигаться, чувствовать ритм, музыку; научатся общаться посредством танца.**

Образовательная программа «Возрождение в танце» направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей в развитии и укреплении эмоционально-волевой сферы ребенка посредством танцевально-двигательной терапии.

Адресат программы.

По программе могут заниматься дети от 7 до 17 лет без спец. подготовки

Актуальность программы в том, что она помогает детям с нарушениями в развитии преодолевать нарушения эмоционально-волевой сферы, неумение контактировать с окружающими, неумение слышать и слушать сверстников, развивает чувство ответственности.

Уровень освоения - общекультурный

Педагогическая целесообразность программы в том, что учащиеся развивают свои художественные, физические и коммуникативные способности, изучая дисциплины программы, **построенную на методах и техниках танцевально-двигательной терапии Н. Ю. Оганесян.**

Объем и срок освоения программы:

Первый год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа – 72 часа в год или 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часа в год

Второй год обучения - 1 раз в неделю по 2 часа – 72 часа в год или 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часа в год

Третий год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа – 144 часа

Четвертый год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа – 216 часов

Пятый год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа – 216 часов

Шестой год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа – 216 часов

Цель программы. Нормализация эмоционально-волевой сферы учащихся средствами танцевально-двигательной терапии.

Задачи программы.

Образовательные:

- Обучить упражнениям, способствующим выработке адекватной самооценки и снижению тревожности;
- Обучить упражнениям по координации движения;
- Обучить основам актерского мастерства, импровизации;
- Обучить навыкам взаимодействия в группе и в парах над танцевальными и физическими упражнениями.

Развивающие:

- Развить координацию движения, чувство ритма, внимание;

- Развить умение эмоционального выражения, творчество в движениях.
- Развить физические качества (силу, ловкость, гибкость, выносливость).

Воспитательные:

- Воспитать целеустремлённую и творчески активную личность.
- Воспитать доброжелательное и внимательное отношение друг к другу.
- Воспитать приобретение навыков коллективного взаимодействия.
- Воспитать чувство ответственности в выполнении задания.

Планируемые результаты:

Предметные: в конце обучения учащиеся смогут самостоятельно выполнять тематические индивидуальные и групповые импровизации; научатся использовать предмет; смогут на равных работать с партнером; выучат групповые и сольные танца для показа на открытых занятиях.

Метапредметные: учащиеся научатся понимать и принимать учебную задачу, поставленную учителем, на разных этапах обучения;

понимать и применять предложенные педагогом способы решения учебной задачи; принимать план действий для решения несложных учебных задач и следовать ему; научатся взаимодействовать в коллективе.

Личностные: у учащихся будут сформированы основы мотивации учебно-познавательной деятельности и личностного смысла учения; стабилизируется самооценка; приобщение к жизненным ценностям, понимание необходимости бережного отношения к своему здоровью и здоровью других людей.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Язык реализации: образовательная программа «Возрождение в танце» реализуется на государственном языке Российской Федерации – русском.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации программы: занятия по программе могут быть реализованы в дистанционной форме посредством использования программы ZOOM, ВК, Skype, MAX

Условия набора и формирования групп.

В коллектив принимаются все желающие не имеющие медицинских противопоказаний для занятий данным видом искусства.. На 2 и последующие года обучения могут приниматься учащиеся, которые по своим знаниям и умениям соответствуют второму и последующим годам обучения.

Количество обучающихся в группе - наполняемость групп: не более 10 человек;

Формы организации занятий.

Занятия аудиторные, проводятся по группам.

Формы проведения занятий.

Основной формой является учебное занятие. Но программой предусмотрены и другие формы: игра, концерт, конкурс, мастер-класс и др.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная
- групповая
- коллективная
- индивидуальная

Материально-техническое оснащение программы

Хореографический зал, реквизит (платки, мячи, игрушки, гимнастические ленты, сценические костюмы), мультимедийное устройство.

:

Учебный план 1 года обучения (72 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	Устное тестирование
2.	Групповая импровизация	10		10	«Анализ телесных движений»
3.	Индивидуальная импровизация	10		10	«Анализ телесных движений»
4.	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	6		6	«Какого я цвета»
5.	Работа с ритмом	8		8	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6.	Тематический танец	14		14	Самооценка и оценка группы
7.	Работа с реквизитом	10		10	Самооценка и оценка группы
8.	Кинестетическая эмпатия	9		9	Беседа
9.	Итоговое занятие	4	-	4	
	Итого часов	72	1	71	

Учебный план 1 года обучения (144 часа)

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тестирование
2	Групповая импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	12		12	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	16		16	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6	Тематический танец	28		28	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	21		21	Самооценка и оценка группы
8	Кинестетическая эмпатия	22		22	Беседа
9	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	144	1	143	

Учебный план 2 года обучения (72 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	Устное тестирование
2.	Групповая импровизация	10		10	«Анализ телесных движений»
3.	Индивидуальная импровизация	10		10	«Анализ телесных движений»
4.	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	6		6	«Какого я цвета»
5.	Работа с ритмом	8		8	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6.	Тематический танец	14		14	Самооценка и оценка группы
7.	Работа с реквизитом	10		10	Самооценка и оценка группы
8.	Кинестетическая эмпатия	9		9	Беседа
9.	Итоговое занятие	4	-	4	

	Итого часов	72	1	71	
--	-------------	----	---	----	--

Учебный план 2 года обучения 144 часа

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тестирование
2	Групповая импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	12		12	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	16		16	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6	Тематический танец	28		28	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	21		21	Самооценка и оценка группы
8	Кинестетическая эмпатия	22		22	Беседа
9	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	144	1	143	

Учебный план 3 года обучения (144 часа)

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тестирование
2	Групповая импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	20		20	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	12		12	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	16		16	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6	Тематический танец	28		28	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	21		21	Самооценка и оценка группы

8	Кинестетическая эмпатия	22		22	Беседа
9	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	144	1	143	

Учебный план 4 года обучения (216 часов)

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тестирование
2	Групповая импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	22		22	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	26		26	Усвоение чувства ритма и такта (практическое тестирование)
6	Тематический танец	38		38	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	31		31	Самооценка и оценка группы
8	Кинестетическая эмпатия	14		14	Беседа
9	Разучивание хореографических номеров	20		20	Зачет
10	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	216	1	215	

Учебный план 5 года обучения (216 часов)

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тестирование
2	Групповая импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	22		22	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	26		26	Усвоение чувства

					ритма и такта (практическое те- сти-рование)
6	Тематический танец	38		38	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	31		31	Самооценка и оценка группы
8	Кинестетическая эмпатия	14		14	Беседа
9	Разучивание хореографических номеров	20		20	Зачет
10	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	216	1	215	

Учебный план 6 года обучения (216 часов)

№	Наименование разделов и дисциплин	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1		Устное тести- рование
2	Групповая импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
3	Индивидуальная импровизация	30		30	«Анализ телесных движений»
4	Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	22		22	«Какого я цвета»
5	Работа с ритмом	26		26	Усвоение чувства ритма и такта (практическое те- стирование)
6	Тематический танец	38		38	Самооценка и оценка группы
7	Работа с реквизитом	31		31	Самооценка и оценка группы
8	Кинестетическая эмпатия	14		14	Беседа
9	Разучивание хореографических номеров	20		20	Зачет
10	Итоговое занятие	4		4	
	Итого часов	216	1	215	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	сентябрь	май	36	36, 72	72,144	1 раз в нед/2 часа, 2 раза в нед/2 часа
2 год	сентябрь	май	36	72	144	1 раз в нед.2 часа, 2 раза в нед/2 часа.
3 год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в нед/2 часа
4 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в нед/2 часа
5 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в нед/2 часа
6 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в нед/2 часа

Рабочая программа 1 года обучения

Задачи 1 года обучения:

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по программе (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;

Планируемые результаты 1 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- правила выполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации, основные рисунки и движения танцевальных композиций.
- правила успешного коллективного взаимодействия, ответственного и уважительного отношения друг к другу.

Учащиеся будут уметь:

Работать в коллективе и индивидуально, независимо от коллектива. Выполнять сольные и групповые импровизации с предметами и без. Выполнять импровизации на заданную тему.

Учащиеся получают опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, поддерживать и помогать друг другу, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям.

Содержание программы 1 года обучения

Теоретическая часть.

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной терапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Знакомство с воспитанниками коллектива в игровой форме. Просмотр видеоматериалов. Форма контроля-устное тестирование

Практическая часть.

2. Групповая импровизация

Игры

- Музыкально-подвижные игры, развивающие ловкость, пластичность, чувство ритма, выносливость, координацию движений. «Веселая Полька», «Солнышко и Дождик», «Цапля и

лягушки», «Найди свое место», «Карлики и великаны», «Птичий двор», «Веселые бабочки», «Автомобили», «Снежинки».

- Сюжетно-ролевые игры, развивающие творческие способности. «Превращение палочки», «Меняющаяся комната», «Фотографы», «Цирк», «Магазин игрушек».
- Коммуникативные игры, направленные на создание доверительных отношений в группе и умение общаться. «Веселый поезд», «Снежный ком», «Нитка-иголка», «Невербальное приветствие», «Ласковое имя», «Испорченный телефон», «Сказочник».

Импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля-«Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля-«Анализ телесных движений»

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками

Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля –«Какого я цвета»

5. Работа с ритмом

Выполнение движений под заданный ритм, менять скорость и характер движений исходя в случае смены ритма, задавать собственный ритм. Форма контроля –практическое тестирование

6. Тематический танец

Выполнение импровизаций на заданную тему. Форма контроля-Самооценка и оценка группы.

7. Работа с реквизитом

Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Самооценка и оценка группы.

8. Кинестетическая эмпатия

Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Форма контроля-беседа.

9. Зачетные и открытые занятия

Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения (72 часа)

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
сентябрь		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
м а р т					

		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Тематический танец. Подведение итогов.	2		2

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения (144 часа)

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
сентябрь		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
Н О Я Б		Работа с ритмом	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Открытое занятие	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
февраль					
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Работа с ритмом	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия.Разучивание хорео- графических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Тематический танец. Подведение итогов.	2		2

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по про-грамме (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области тан-ца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;

Планируемые результаты 2 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- правила выполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации,
- правила успешного коллективного взаимодействия, ответственного и уважительного отношения друг к другу.

Учащиеся будут уметь:

Общаться посредством танца, взаимодействовать в работе, помогать друг другу.

Учащиеся получают опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, поддерживать и помогать друг другу, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям.

Содержание программы 2 года обучения

Теоретическая часть.

1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной те-рапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Знакомство с воспитанниками коллектива в игровой форме. Просмотр видеоматериалов. Форма контроля-Устное тестирование

Практическая часть.

2.Групповая импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля- «Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля –«Анализ телесных движений»

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками

Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля- «Какого я цвета»

5. Работа с ритмом

Танцевальные шаги в образах. Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом. Повороты вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку. Форма контроля – «Практическое тестирование»

6. Тематический танец

Импровизация на заданную педагогом тему. Форма контроля-Самооценка и оценка группы.

7. Работа с реквизитом

Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Форма контроля- самооценка и оценка группы.

8. Кинестетическая эмпатия

Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Беседа

9. Зачетные и открытые занятия

Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов.

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения (72 часа)

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
сентябрь		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2

		Работа с реквизитом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Тематический танец. Подведение итогов.	2		2

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения 144 часа

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
СЕНТЯБРЬ		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ОК ТЯ БР Ь		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2

		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2

		Тематический танец	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия.Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Тематический танец	2		2
Май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец. Подведение итогов.	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

Рабочая программа 3 года обучения

Задачи 3 года обучения:

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по программе (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;

Планируемые результаты 3 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- правила выполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации, основные рисунки и движения танцевальных композиций.
- правила успешного коллективного взаимодействия, ответственного и уважительного отношения друг к другу, научатся брать ответственность за себя и помогать своим коллегам.

Учащиеся будут уметь:

Работать в коллективе, импровизировать под заданную музыку и на заданную тему, выполнять импровизации с предметами и без, танцевать как сольные, так и групповые импровизации.

Выучат танцевальные номера, которые смогут показать на сцене.

Учащиеся получат опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, поддерживать и помогать друг другу, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям

Содержание программы 3 года обучения

Теоретическая часть.

1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной терапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Просмотр видеоматериалов. Форма контроля-Устное тестирование

Практическая часть.

2. Групповая импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля –«Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Точки зала.

Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих

действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля- «Анализ телесных движений»

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками

Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля – «Какого я цвета»

5. Работа с ритмом . Форма контроля – практическое тестирование

6. Тематический танец

Импровизация как групповая, так и индивидуальная под заданную музыку на заданную тему. Форма контроля-Самооценка и оценка группы.

7. Работа с реквизитом

Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Форма контроля- Самооценка и оценка группы.

8. Кинестетическая эмпатия

Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Форма контроля-Беседа

9. Зачетные и открытые занятия

Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов.

Календарно-тематический план 3 года обучения

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
СЕНТЯБРЬ		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Тематический танец	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
февраль			2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия. Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
Май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2

Рабочая программа 4 года обучения

Задачи 4 года обучения:

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу, выучить массовые танцы для показа родителям.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по программе (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;
- Развить когнитивные функции.

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;
- Воспитать чувство коллективизма, сплоченности коллектива.

Планируемые результаты 4 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- правила выполнения упражнений разных танцевальных стилей, элементов актерского мастерства, импровизации, как постановки пластического спектакля или перформанса.
- правила успешного коллективного взаимодействия, коллективной работы и совместной работы с другими группами коллектива.

Учащиеся будут уметь:

Работать в коллективе, импровизировать под заданную музыку и на заданную тему, выполнять импровизации с предметами и без, танцевать как сольные, так и групповые импровизации, включать импровизации в постановках номеров.

Учащиеся получают опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, поддерживать и помогать друг другу, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям, опыт выступлений перед зрителями.

Содержание программы 4 года обучения

Теоретическая часть.

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной терапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Просмотр видео-материалов. Форма контроля-Устное тестирование.

Практическая часть

2. Групповая импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля-«Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Точки зала.

Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности,

формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля – «Анализ телесных движений».

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками

Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля – «Какого я цвета».

5. Работа с ритмом . Форма контроля – практическое тестирование

6. Тематический танец

Импровизация как групповая, так и индивидуальная под заданную музыку на заданную тему.

Форма контроля- «Самооценка и оценка группы»

7. Работа с реквизитом

Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Форма контроля- самооценка и оценка группы.

8. Кинестетическая эмпатия

Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Форма контроля-Беседа

9.Разучивание хореографических номеров. Форма контроля-зачет

10. Зачетные и открытые занятия

Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов.

Календарно-тематический план 4 года обучения

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
СЕНТЯБРЬ		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Тематический танец	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
февраль			2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия. Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
Май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2

Рабочая программа 5 года обучения

Задачи 5 года обучения:

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу, выучить массовые, сольные и дуэтные танцы для показа на сцене.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения элементов разных танцевальных стилей, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по программе (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;
- Развить когнитивные функции.

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;
- Воспитать чувство коллективизма, сплоченности коллектива.

Планируемые результаты 5 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- импровизации, работу в разных танцевальных стилях. .
- правила успешного коллективного взаимодействия, ответственного и уважительного отношения друг к другу, работать в команде . включающей все группы коллектива.

Учащиеся будут уметь:

Работать в коллективе, импровизировать под заданную музыку и на заданную тему, выполнять импровизации с предметами и без, танцевать как сольные, так и групповые импровизации, включать их в постановку номеров , будут уметь работать на разных концертных площадках.

Учащиеся получат опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, поддерживать и помогать друг другу, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям, опыт выступлений перед зрителями.

Содержание программы 5 года обучения

Теоретическая часть.

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной терапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Просмотр видео-материалов. Форма контроля-Устное тестирование

Практическая часть

2. Групповая импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля-«Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Точки зала.

Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих

действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля – «Анализ телесных движений»

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками

Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля – «Какого я цвета»

5. Работа с ритмом . Форма контроля-практическое тестирование

6. Тематический танец

Импровизация как групповая, так и индивидуальная под заданную музыку на заданную тему.

Форма контроля-Самооценка и оценка группы

7. Работа с реквизитом

Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Форма контроля-Самооценка и оценка группы

8. Кинестетическая эмпатия

Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Форма контроля-Беседа

9.Разучивание хореографических номеров. Форма контроля-зачет

10. Зачетные и открытые занятия

Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов.

Календарно-тематический план 5 года обучения

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
СЕНТЯБРЬ		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
ОКТАБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических	2		2

		номеров			
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Тематический танец	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2

		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
февраль			2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия.Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
Май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2

Рабочая программа 6 года обучения

Задачи 6 года обучения:

Образовательные:

- дать учащимся необходимые знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам успешного коллективного взаимодействия, выработки навыков здоровой самооценки, ответственного и уважительного отношения друг к другу, выучить массовые танцы для показа родителям.
- дать учащимся знания техник правильного исполнения упражнений ритмопластики, элементов актерского мастерства, импровизации;

Развивающие:

- Развить и улучшить физические данные учащихся в процессе занятий по программе (координацию движений, гибкость, правильную осанку);
- Развить коммуникативные навыки учащихся, навыки коллективной работы;
- Развить когнитивные функции.

Воспитательные:

- сформировать положительное отношение учащихся к занятиям в танцевальном коллективе, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- Укрепить в учащихся уверенность в своих возможностях и удовольствие от занятий физической культурой, соблюдения правил здорового образа жизни;
- Воспитать чувство коллективизма, сплоченности коллектива.

Планируемые результаты 6 года обучения

Учащиеся будут знать:

- правила безопасного поведения на занятиях, здорового образа жизни;
- правила постановки танцевального спектакля и перформанса,
- правила успешного коллективного взаимодействия, ответственного и уважительного отношения друг к другу в коллективе.

Учащиеся будут уметь:

Работать в коллективе, импровизировать под заданную музыку и на заданную тему, выполнять импровизации на конкурсной площадке.

Учащиеся получают опыт:

Правильно строить отношения в коллективе, работать на больших концертных площадках города, ответственно относиться к выполнению заданий и занятиям, опыт выступлений перед зрителями.

Содержание программы 6 года обучения

Теоретическая часть

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Общее понятие о танцевальном искусстве, танцевально-двигательной терапии. Понятие о музыке в хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Просмотр видеоматериалов. Форма контроля-Устное тестирование

Практическая часть

2. Групповая импровизация

Музыкальные этюды, направленные на развитие фантазии. Игровые тренинги, направленные на развитие мимики, пантомимики и созданию образа в танце. Форма контроля-«Анализ телесных движений»

3. Индивидуальная импровизация

Специфика индивидуального танца. Выработка осанки, опоры. Равновесие. Точки зала. Расширение двигательного репертуара. Задания, направленные на снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки, развитие умения глубже оценивать себя в своих действиях, развитие способности правильно выражать свои эмоции, осознание своего тела, формирование уверенности в себе. Форма контроля- «Анализ телесных движений»

4. Сочетание ТДТ с рисуночными методиками
Использование рисуночных методик для оценки уровня развития психических процессов ребенка, коррекции душевных состояний, коррекция уровня самооценки. Форма контроля – «Какого я цвета»

5. Работа с ритмом . Форма контроля-практическое тестирование

6. Тематический танец
Импровизация как групповая, так и индивидуальная под заданную музыку на заданную тему. Форма контроля-Самооценка и оценка группы

7. Работа с реквизитом
Развитие фантазии ребенка с помощью реквизита, совершенствование импровизации через умение преобразовать реквизит в любой другой предмет. Практика взаимодействия с предметом, чувствование предмета, умение сделать предмет частью своего танца. Форма контроля- Самооценка и оценка группы

8. Кинестетическая эмпатия
Практика взаимодействия партнеров в танце. Задания на развитие умения быть ведомым и ведущим в танце. Задания на развитие внимания учащегося, координации движений, уверенности в себе. Форма контроля-Беседа

9.Разучивание хореографических номеров. Форма контроля-зачет

10. Зачетные и открытые занятия
Показ разминки, танцевальных композиций для родителей. Подведение итогов, обсуждение результатов.

Календарно-тематический план 6 года обучения

Месяц	Планируемая дата	Название тем и разделов	Общее количество часов	Количество часов теории	Количество часов практики
СЕНТЯБРЬ		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Групповая импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
ОКТЯБРЬ		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2

		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
НОЯБРЬ		Работа с ритмом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
ДЕКАБРЬ		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Тематический танец	2		2
январь		Инструктаж по технике безопасности. Групповая импровизация	2	1	1
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2

		Групповая импровизация	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
февраль			2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Групповая импровизация	2		2
март		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Кинестетическая эмпатия	2		2
		Кинестетическая эмпатия. Разучивание хореографических номеров	2		2
		Тематический танец	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
апрель		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2

		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Открытое занятие	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
Май		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Сочетание ТДТ с рисуночными методиками	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Разучивание хореографических номеров	2		2
		Групповая импровизация	2		2
		Тематический танец	2		2
		Работа с ритмом	2		2
		Работа с реквизитом	2		2
		Индивидуальная импровизация	2		2

Методические и оценочные материалы.

Для успешной реализации данной программы следует обратить внимание на следующее:
Музыкальное сопровождение для занятий подбирается с учетом психологических и возрастных особенностей детей.

Распределение физической нагрузки детей должно быть равномерным.

Создание творческой атмосферы на каждом занятии, чтобы несмотря на большую затрату физических сил, труд воспитанников был радостный, чтобы они видели цель, к которой надо прийти в результате репетиций.

Использование личностно-ориентированного подхода, то есть учет индивидуальных особенностей темперамента, характера, вкусов воспитанника.

В проведении занятий используются следующие методы обучения:

Словесный – объяснение, после которого следует самостоятельное выполнение упражнений, диалог;

Словесный и наглядный – объяснение и показ упражнений, движений;

Наглядность – в выполнении упражнений, движений, ориентация на образец, копирование предложенного образа, наблюдение, прорисовка образов.

Практический – самостоятельное составление и выполнение упражнений, движений, комбинаций, работа с образами, работа с предметами, кинестетическая эмпатия. Разучивание хореографических номеров.

Этапы коррекционно-развивающей работы:

1. Вводный этап,
2. Основной этап,
3. Заключение.

Основные техники:

1. Работа с ритмом.
2. Кинестетическая эмпатия.
3. Работа с реквизитом.
4. Танцевальная групповая и индивидуальная импровизация.
5. Импровизация на заданную тему.
6. Работа с рисунком.
7. Проигрывание бытовых ситуаций.

Используемые технологии:

Дистанционные технологии: проведение уроков в формате Zoom ,Max , ВК, Skype
Родительские и учебные чаты.

Здоровьесберегающие технологии: медицинские осмотры (предоставление направления от лечащего врача в начале учебного года), правильное освещение зала; создание комфортной и доброжелательной атмосферы на уроках и в коллективе, обучение здоровому образу жизни.

Игровые технологии: педагогические –погружение в сюжет; психологические – игротерапия.

Дидактические средства:

Учебные материалы: учебные видеофильмы и звукозаписи, реквизит, карандаши, фломастеры, бумага.

Учебно-методический комплекс:

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ БЛОК

- ☐ Образовательная программа дополнительного образования детей «Возрождение в танце»
- ☐ Нормативные документы
- ☐ Должностные обязанности
- ☐ Инструкции по охране труда и технике безопасности:
- ☐ Инструкция по пожарной безопасности в кабинетах ДДТ
- ☐ Инструкция по охране труда педагога
- ☐ Инструкция для педагогов по проведению инструктажа с по охране труда с обучающимися
- ☐ Инструкция по правилам безопасного поведения учащихся при массовых выездах
- ☐ Инструкция «Правила безопасного поведения при случаях террористических актов»
- ☐ Инструкция для работников образовательного учреждения при несчастных случаях с обучающимися во время образовательного процесса
- ☐ Нормативные документы по организации и проведении фестивалей и конкурсов

Учебные и методические пособия

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. - М.: Академия, 2001. – 248 с.
2. Бадмаев С.А. “Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников”. Под редакцией и с предисловием доктора медицинских наук, профессора А.Л.Гройсмана. М.-1999, 88с.
3. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон, Н.И. Веремеенко “Интегративная танцевально-двигательная терапия” .3-е изд.- СПб.: Речь, 2010.- 286 с
4. Выготский Л. С. Психология искусства / Общ. ред. В. В. Иванова, коммент. Л. С. Выготского и В. В. Иванова, вступит. ст. А. Н. Леонтьева. 3-е изд. М.: Искусство, 1986. 573 с.
5. Джоан Ходоров “Танцевальная терапия и глубинная психология: Движущее воображение.пер. с англ. – М., «Когито-Центр», 2009. – 221 с.”
6. Иваницкая И.Н. “Детский церебральный паралич”. Обзор литературы. Альманах. “Исцеление”. М. 1993
7. Липкина А.И. “Самооценка школьника” М. 1976
8. Л.Пожар “Психология аномальных детей и подростков” М.МОДЭК 1996 г. 128 стр.
9. Шипицына Л.М., Мамайчук И.И. “Детский церебральный паралич”
10. Шипицына Л.М., Мамайчук И.И “Психология детей с нарушениями функций опорно двигательного аппарата” Учеб пособие для студ. Высш. Учеб. Завед. М-Гуманит. Издание Владос, 2004, 368 с.
11. Эрна Грёнлунд, Наталия Оганесян “Танцевальная терапия. Теория. Методика. Практика”.- СПб.: Речь, 2011.-288 с., илл.
12. <http://chr.mk.ru/articles/2017/03/31/zhurnal-otrazhenie-daet-vozmozhnost-invalidam-realizovat-sebya.html>
<http://www.spbadmt.ru/>

Система средств обучения

Организационно-педагогические средства:

- ☐ дополнительная общеразвивающая программа, поурочные планы, конспекты открытых занятий
- ☐ методические рекомендации для педагогов по проведению занятий
- ☐ методические рекомендации для родителей по вопросам воспитания;

Дидактические средства

- ☐ иллюстративный материал к темам программы:
 - фотографии животных;
 - иллюстрации природы, персонажей, предметов
- ☐ электронные образовательные ресурсы:
 - банк учебных фильмов;
 - банк видеоматериалов с записями выступлений ведущих коллективов
- ☐ фонотека музыкальных произведений для репертуарных номеров, импровизационных композиций, музыкальных тем для разминки.

1. Система средств контроля результативности обучения

нормативные материалы по осуществлению групповых и массовых форм работы с учащимися (Положения о семинарах, фестивалях, и т.п.),

- ☐ диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, анкеты для детей и родителей, задания по темам программы, и т.д.).

Оценочные материалы

Входной контроль . По программе занимаются учащиеся без специальной подготовки

Формы:

педагогическое наблюдение;

выполнение практических заданий педагога.

тестирование, использование проективных методик, беседа с учащимися и их родителями, открытый урок, выступление на отчетном концерте.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы.

Формы:

- ☐ педагогическое наблюдение;
- ☐ опрос
- ☐ творческий показ;
- ☐ анализ педагогом и учащимися качества выполнения творческих работ, приобретенных навыков общения.

Промежуточная аттестация предусмотрена 2 раза в год

(декабрь, май) с целью выявления уровня освоения программы

учащимися и уровня развития личностных качеств.

Формы:

- ☐ устный опрос;
- ☐ игровые формы ;
- ☐ технический зачет.

Итоговый контроль

Формы:

- ☐ анализ и обобщение данных об освоении программы учащимися,

Участие в фестивалях, конкурсах по импровизации, инклюзивных конкурсах.

Оценочные материалы.

Информационная карта освоения учащимися образовательной программы и социально-психологического развития

Название программы			педагог			№ группы		Го	
№. ФИО обучающегося	Параметры результативности освоения программы					Параметры соци			
	Опыт освоения теории	Опыт освоения практической деятельности	Опыт творческой деятельности	Опыт социально-значимой деятельности	Общая сумма баллов	Воспитанность	Коммуникативность		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
ИТОГО БАЛЛОВ В ГРУППЕ:									
УРОВЕНЬ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В ГРУППЕ В %									
Критерии оценки: 1-низкий уровень, незначительный рост, 2- средний уровень, заметный рост. 3-высокий качественный уровень.									
Выводы педагога по данной группе:									
Подпись педагога									

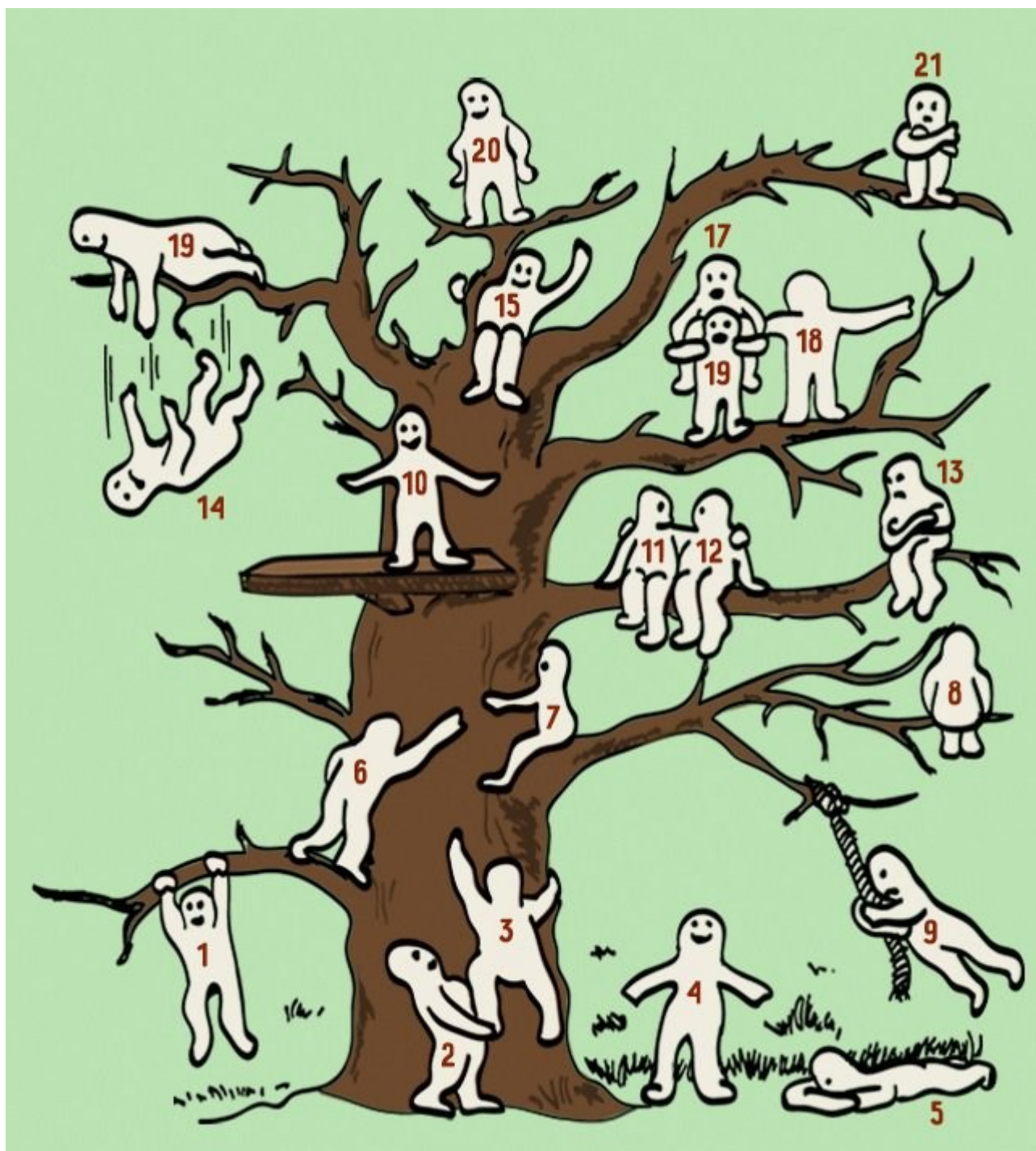
Приведенные ниже методики возможно провести дистанционно.

Так как целью программы является коррекция отклонений эмоционально-волевой сферы воспитанников средствами танцевально-двигательной терапии, раз в 3 месяца необходимо проводить общую диагностику для прослеживания влияния метода на обучающихся.

Используются тесты «Какого я цвета»,

Таблица рассчитана на месяц. В первой колонке ставится дата, во второй и третьей-дети рисуют все, что пожелают. Рисунок отражает настроение учащихся до и после занятия.

«Дерево с человечками»



Расшифровка результатов теста:

Если вы выбрали позицию № 1, 3, 6 или 7, то это характеризует вас как целеустремленного человека, который не боится никаких препятствий и преград.

Если ваш выбор пал на один из следующих номеров: 2, 11, 12, 18 или 19, то вы общительный человек, который всегда окажет любую поддержку друзьям.

Выбор человечка под номером 4 определяет вас как человека с устойчивой жизненной позицией и желающего добиться всевозможных успехов без преодоления трудностей.

Номер 5 — вы часто бываете утомлены, слабы, у вас небольшой запас жизненных сил.

Выбор пал на человечка под номером 9 — вы веселый человек, любящий развлечения.

Номер 13 или 21 — вы замкнуты, часто подвержены внутренним тревогам и избегаете частого общения с людьми.

Номер 8 — вы любите уходить в себя, размышлять о чем-то своем и погружаться в собственный мир.

Если вы выбрали номера 10 или 15 — у вас нормальная адаптация к жизни, вы находитесь в комфортном состоянии.

Номер 14 — вы падаете в эмоциональную пропасть, скорее всего, подвержены внутреннему кризису.

Позицию номер 20 обычно выбирают люди с завышенной самооценкой. Вы прирожденный лидер и хотите, чтобы люди прислушивались именно к вам и ни к кому другому.

Выбор пал на человечка № 16? Вы ощущаете себя уставшим от необходимости поддерживать кого-то, но, возможно, вы увидели на этой картинке, что номер 17 вас обнимает — в таком случае вы склонны расценивать себя как человека, окруженного вниманием.

, «Анализ телесных движений», тест Озерцкого <http://psylist.net/slovar/14a56.htm>
<http://fishki.net/1676088-test-derevo-s-chelovechkami.html>
<http://www.spbadmt.ru/>