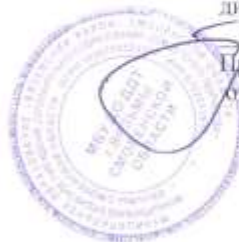


Департамент Смоленской области по образованию и науке  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»  
г. Вязьмы Смоленской области

ПРИНЯТА  
на педагогическом совете  
МБУ ДО ДДТ  
Протокол № 4  
от «02» июня 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ  
директор МБУ ДО ДДТ  
Чинарѐва Л.П.  
Приказ № 80/01-09  
от «03» июня 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа художественной  
направленности  
Хореографического коллектива  
«Фантазия»**

Возраст учащихся 5-10 лет  
Срок реализации 1 год

Автор-составитель:  
**Королев Максим Александрович,**  
педагог дополнительного образования.

г. Вязьма  
2020 год

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1 Пояснительная записка**

*Хореография* – искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми.

В последнее время национально-культурные традиции, которые являются источником формирования морально-этических норм и связывают народ с историческими корнями, требуют сохранения и развития. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно востребованными.

**Актуальность** программы определяется высоким спросом родителей и детей среди дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ учреждения (около 70%). Это обусловлено тем, что хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. **Педагогическая целесообразность** программы заключена в эффективной организации образовательных, воспитательных и творческих процессов, основывающихся на единстве формирования сознания, восприятия и поведения детей в условиях социума.

В основе реализации программы лежит активный процесс взаимодействия педагога и учащихся: в совместном общении выстраивается система жизненных отношений и ценностей в единстве с деятельностью.

При взаимодействии всех параметров программы формируется благоприятная среда для индивидуального развития детей, происходит самообучение, саморазвитие и самореализация, формируется творчески активная личность.

**Направленность** данной образовательной программы – *художественная*.

**Адресат программы** - учащиеся 5-10 лет. Учащиеся в возрасте 5-10 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач педагога. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь.

Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

Программа построена с учётом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих **принципов обучения**:

✓ **Принцип преемственности.** После изучения элементарных движений танца задания осторожно усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.

✓ **Принцип личностно-ориентированного подхода** предполагает помощь педагога учащемуся в выявлении своих возможностей, реализации своих интересов.

✓ **Принцип дифференциации и индивидуального подхода;** предполагает дополнительные занятия с учётом уровня развития каждого учащегося; кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учёт темперамента каждого участника коллектива;

✓ *Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования;* предполагает чёткое следование разработанной педагогом программе;

✓ *Принцип координации «педагог - учащийся – семья»* предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями (законными представителями) учащегося.

Программа разработана на основе типовой программы «Ритмика» (сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением»/ Под ред. О.А. Петрашевича. – Мн.: Национальный институт образования, 2017), включает в себя элементы методики Е.В. Горшковой «От жеста к жесту», а также на основе собственной практической работы с обширным контингентом учащихся, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учётом интересов учащихся, их познавательной активности и творческих возможностей.

**Формы обучения и виды занятий.** Для достижения поставленных целей и задач, основной формой учебной и воспитательной работы является занятие с группой, планируя которое, педагог должен ясно представлять себе его задачи, связь с другими занятиями. Ни одно занятие нельзя мыслить как обособленное звено, в него всегда входит и повторение пройденного, и новый материал, и перспектива связи с дальнейшими заданиями. На одном занятии могут сочетаться изучение элементов классического и народного танцев, гимнастики и исполняться задания на импровизацию.

Формы проведения занятий: учебное занятие, репетиция, открытое занятие, беседа, экскурсия, занятие-праздник, концерт.

#### **Методы:**

Словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального или художественного произведения.

Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов, показ движения либо танцевальной комбинации педагогом.

Практический – это упражнения, репетиции.

Инновационный – импровизационная игра.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по два академических часа, всего 4 часа в неделю.

**Объём программы и срок её освоения:** программа рассчитана на один год обучения. Объём программы, запланированный на весь период обучения 144 часа.

## **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель программы** - создание педагогических условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Для достижения данной цели необходимо решить *следующие задачи:*

#### **образовательные:**

- ✓ уметь передавать в простых танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения; уметь начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- ✓ уметь ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
- ✓ освоить постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца;
- ✓ учить исполнять танцевальные шаги (галоп, подскоки, шаг польки, танцевальный бег, бег коленками вперед);
- ✓ прививать навыки исполнения простейших элементов классического экзерсиса (*relevé, demi plié*) и русского народного танца (переменный ход, притопы, «ковырялочка», «гармошка»);
- ✓ владение специальной терминологией;
- ✓ учить правилам поведения в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях «Дома детского творчества»;

- ✓ выполнять требования к внешнему виду учащихся на занятиях.
- воспитательные:***
- ✓ формировать и развивать художественный вкус, интерес к хореографическому искусству и творческой деятельности;
  - ✓ формировать ценностное отношение к безопасному и здоровому образу жизни;
    - ✓ воспитывать внимание, дисциплинированность и трудолюбие, чувства товарищества и взаимовыручки, сотрудничества и коллективизма;
- ✓ формировать ответственность перед самим собой и коллективом;
 ***развивающие:***
  - ✓ развивать творческое воображение учащихся, внимание и способность к двигательной импровизации, активизировать образное мышление;
  - ✓ развивать музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;
  - ✓ развивать координацию;
  - ✓ развивать эмоционально-волевых качеств.

### 1.3. Планируемые результаты

- Личностные:***
- ✓ формировать и развивать художественный вкус, интерес к хореографическому искусству и творческой деятельности;
    - ✓ формировать ценностное отношение к безопасному и здоровому образу жизни;
      - ✓ воспитывать внимание, дисциплинированность и трудолюбие, чувства товарищества и взаимовыручки, сотрудничества и коллективизма;
  - ✓ формировать ответственность перед самим собой и коллективом;
- Метапредметные:***
- ✓ развивать творческое воображение учащихся, внимание и способность к двигательной импровизации, активизировать образное мышление;
  - ✓ развивать музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;
  - ✓ развивать координацию;
  - ✓ развивать эмоционально-волевых качеств.
- К концу 1-го года обучения учащиеся:***
- ✓ умеют передавать в простых танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения; уметь начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
  - ✓ умеют ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
  - ✓ освоили постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца
  - ✓ умеют исполнять танцевальные шаги (галоп, подскоки, шаг польки, танцевальный бег, бег коленками вперед)
  - ✓ имеют навыки исполнения простейших элементов классического экзерсиса (relevé, demi plié) и русского народного танца (переменный ход, притопы, «ковырялочка», «гармошка»)
  - ✓ владение специальной терминологией.
  - ✓ знают правила поведения в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях «Дома детского творчества»; требования к внешнему виду на занятиях

## 1.4. Содержание программы

### Учебный план

Название разделов, темы	Общее количество во часов	Теоретические (час)	Практические (час)	Формы аттестации/контроля
1. Вводное занятие.	2	2	-	Беседа
2. Азбука танцевального движения.	44	10	34	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение.
3. Партерная гимнастика.	52	12	40	
4. Музыкально-танцевальные игры на формирование ритмичности, совершенствование координации.	44	10	34	
5. Итоговое занятие.	2		2	Участие в открытом занятии, отчетном концерте.
Итого.	144	34	110	

### Содержание учебного плана 1-го года обучения

**1. Вводное занятие.** Содержание и форма занятий. Внешний вид учащихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - педагог» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Техника безопасности.

**2. Азбука музыкального движения.** Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре; перестроения: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), «звёздочка», «конверт». Музыкально-ритмические упражнения: на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Динамика», «Музыкальная фраза», «Акцент». Оформление урока музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком.

Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. Лёгкий бег с пальцев вытянутой стопы, бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении, бег с подниманием вперёд ног, согнутых в коленях, на месте и с продвижением; галоп, подскоки на месте и с продвижением, шаг польки.

Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Постановка корпуса. Позиции рук – подготовительная, I, III позиции. Позиции ног – I, VI. (Приложение 1, 2).

**3. Партерная гимнастика.** Упражнения для развития стопы, её выворотности и укрепления голеностопного сустава. Упражнения для укрепления мышц живота. Упражнения для развития выворотности и подвижности тазобедренного суставов. Упражнения для растяжки. Упражнения для укрепления мышц спины и развития гибкости. Упражнения на развитие прыгучести. Упражнения, способствующие улучшению кровообращения, отдыху ног и всего тела. Перегибы корпуса: в сторону, назад, вперёд.

**4. Уроки-игры.** Игра на формирование ритмичности «Аплодисменты»; игра на совершенствование координации «А ну-ка повтори»; игра на формирование понятий «быстро», «медленно», «тихо», «громко».

Игры на внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства.

Игра развивающая артистичность «Крокодил», наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе».

Этюды под музыку на заданную тему: «Гномы», «Дождя не боимся». Сценические танцы разучиваем на выбор педагога, в зависимости от возможностей учащихся.

### 5. Итоговое занятие

Выступление на отчетном концерте или открытое занятие.

## II. Комплекс организационно-педагогических условий:

### 2.1. Календарный учебный график

#### Календарный учебный график

Тема занятий.	Количество часов.	Форма занятия	Число/Месяц	Место проведения.	Формы аттестации/контроля
1. Вводное занятие.	2	теоретическое занятие		ДДТ на ул. Ползунова, д.6	Беседа
2. Азбука танцевального движения	44	теоретико-практическое занятие очная/дистанционная			Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
3. Партерная гимнастика.	52	теоретико-практическое занятие			
4. Музыкально-танцевальные игры на формирование ритмичности, совершенствование координации.	44	теоретико-практическое занятие			
5. Итоговое занятие.	2	практическое занятие			
<b>Итого:</b>	<b>144</b>				

### 2.2. Условия реализации программы

Занятия проводятся в кабинете (актовом зале), соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет (зал) должен иметь хорошее освещение, зеркальную стенку, оборудован хореографическими станками и периодически проветриваться. В наличии должна быть раздевалка, аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Одежда для хореографии должна подчеркивать и плотно облегать тело танцора, но не сковывать его, показывать каждое движение и быть эстетически привлекательной. Обувь для хореографии должна обеспечивать идеальную работу стопы.

Одежда для хореографии в зависимости от цели использования выполняет две функции: разогревает мышцы (комбинезоны-сауны, гетры) и служит инструментом отработки четкости движений (юбки, шорты, тайсы, бриджи, лосины, купальники и т. д.).

Конкретной формы для тренировок не существует, можно выбрать по вкусу лосины, тайсы, бриджи из х/б или эластана, комбинезон или что-то другое. Главное, чтобы одежда для хореографии была удобной. Тренировочные варианты обычно отличаются простотой и лаконичностью, костюмы для выступлений шьются отдельно и содержат различные элементы декорирования.

### 2.3. Формы аттестации

- ✓ беседы;
- ✓ выполнение контрольных заданий;
- ✓ наблюдение, опрос;
- ✓ оценка качества исполнения;
- ✓ составление индивидуальных рекомендаций;
- ✓ концертное выступление;

### 2.4. Методическое обеспечение

*Обеспечение образовательной программы электронными образовательными продуктами*

<i>№п/п</i>	<i>Наименование</i>	<i>Носитель</i>
1.	Презентация «Огонь друг и враг человека»	CD
2.	Презентация занятия в хореографическом коллективе «Вальс цветов»	CD
3.	Балет «Петрушка».	DVD
4.	Балет «Жар-Птица».	DVD
5.	Балет «Конек Горбунок».	DVD
6.	Государственный вокально - хореографический ансамбль «Русь».	DVD
7.	Рязанский государственный академический русский народный хор имени Е. Попова.	DVD
8.	«Танцы народов мира» Файзи Гаскаров.	DVD

#### *Контрольно – измерительные материалы*

Для выявления планируемых результатов используются контрольно – измерительные материалы. (Приложение 4,5).

#### *Программно-методическое обеспечение*

- ✓ Методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- ✓ Литература по педагогике и психологии;
- ✓ Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.
- ✓ Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

#### *Основные формы и методы работы*

*Основные методы*, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- ✓ *метод сенсорного восприятия*-просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.
- ✓ *словесный метод* - рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.
- ✓ *наглядный метод* - личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видео просмотр выступлений профессиональных коллективов
- ✓ *практический метод* - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции.

✓ *метод стимулирования деятельности и поведения* - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

*Основная форма занятия* – групповая. Чаще всего это комплексное занятие включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

✓ *Ознакомление.* Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.

✓ *Тренировка.* Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.

✓ *Применение.* Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

## **2.5. Целесообразность использования диагностического инструментария**

Вышеперечисленные диагностические методики соответствуют возрастным особенностям детей 5-10 лет и позволяют оценить степень освоения программы и уровень достижения планируемых результатов.

## **2.6 Использование современных образовательных технологий при реализации программы**

В своей практике широко применяю современные педагогические технологии: здоровьесберегающие, игровые, технологию дифференцированного обучения, ИКТ и др.

### **Применение игровых технологий**

Преимущественно я работаю с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. В этом возрасте дети лучше обучаются посредством игры. Условия занятия предъявляют свои требования и к самой игре, и к её всевозможным формам и проявлениям. Без особого труда дошкольники и младшие школьники импровизируют элементы движений, интуитивно создавая при этом соответствующее настроение.

В своей педагогической и творческой практике при постановке танцев с детьми мною часто бывают включены в работу какие-либо предметы, атрибуты, бутафория и т.д., что придает особую яркость игре на сцене и сюжетной линии танца. Процесс игры облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, а также вызывает интерес к занятиям. Учитывая, что основным видом деятельности ребенка является игра, весь материал преподносится детям через образ, характер.

Широким полем для детской фантазии является игра «Весёлый бубен». Каждый участник изображает своего героя, пытаюсь передать его повадки через танцевальные движения. Здесь же возникают импровизированные элементы. Остальные участники пытаются угадать героя.

Для развития ритмического слуха придумана игра «Ритмическое эхо». Педагог предлагает ритмический рисунок, дети повторяют его. Делать это они любят различными движениями: прыжками, хлопками.

### **Применение технологии дифференцированного обучения**

Занятия в коллективе проходят в разновозрастных и разновозрастных группах. Бесспорно, что в процессе обучения знания усваиваются индивидуально каждым учащимся. Однако процесс усвоения знаний может быть одинаков, совпадать у детей данной группы. Можно выявить общее в индивидуальном развитии детей в процессе обучения. Основными способами изучения индивидуальных особенностей детей являются планомерные систематические наблюдения за учащимся, индивидуальные и групповые беседы на намеченную тему. Знание индивидуальных особенностей детей позволяют мне поделить их на микро группы по определенным критериям, например наличия у учащихся каких-либо значимых для учебного процесса общих качеств: хореографических данных, пластики



движения, владения музыкальным слухом. Главное заключается в том, чтобы всесторонне изучить ребенка и в процессе обучения опираться на его индивидуальные качества.

### **Применение ИКТ в обучающем процессе**

Информационные технологии уверенно заняли свои позиции во всех отраслях науки и образования. Под *информационными технологиями* мною понимаются технологии, использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио, видео, мультимедийный проектор.

Использование компьютера и мультимедийного проектора позволило мне на своих занятиях перейти к показу иллюстративного материала в виде презентации, которая сочетает все необходимые моменты по организации качественного сопровождения выступления, включая звук, видео и анимацию.

Использование мною мультимедийного проектора, позволяет более тщательно отобрать визуальный материал, выносить на экран термины, таблицы, схемы, делает его более качественным. Использование готовых дисков с записями балетов и документальных фильмов о выдающихся танцовщиках прошлых лет и современности повышают интерес обучающихся к истории балета, способствует стремлению к успешному овладению предметом хореографии, самосовершенствованию. Просмотр готовых дисков по народному танцу в исполнении профессиональных ансамблей позволяет познакомиться с культурой и фольклором различных народов не только нашей страны, но и мира (способствует воспитанию толерантности обучающихся).

Такой приём как видеосъемка занятий позволяет увидеть ошибки в исполнении танцевальных движений, понять и со временем устранить их. Запись концертных номеров с последующим обсуждением дает возможность увидеть себя со стороны во время исполнения танцевального номера, формирует правильное отношение на критические замечания педагога и сверстников, позволяет формировать адекватную самооценку.

### **Здоровьесберегающие технологии.**

Занятие танцем формирует правильную осанку, тренирует мышечную силу, дает организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

В результате моего педагогического опыта сложилась система здоровьесбережения включающая в себя: соблюдение санитарно – эпидемиологических правил и нормативов, чередование различных видов деятельности на занятиях, комплекс музыкально-ритмических упражнений, элементов йоги и дыхательной гимнастики.

Каждое занятие начинается с правильной осанки во время различных упражнений. Девочки - «берёзки», мальчики - «тополёчки». Если «дерево скривилось», оно превратилось в «пенёчек». Со временем хорошая осанка входит в привычку. Также на каждом занятии используются различная по характеру музыка. Любая веселая мелодия поднимает детям настроение, улучшает эмоциональный настрой.

Главный упор, который я делаю на занятиях – это ***чередование различных видов деятельности на занятии.***

Чтобы добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомление на занятиях я ввел такой раздел, как «Танцевальные игры». Он выполняет релаксационную функцию (переключение внимания на другой вид деятельности – уже отдых), а также активизируют в целом организм детей.

На каждом занятии я использую комплекс упражнений «Учимся у зверей». Чтобы занятия были эффективными, очень важно научить детей согласовывать движения с дыханием, т.е. правильно дышать. Чтобы научиться дышать правильно, надо освоить дыхательную гимнастику. Комплекс дыхательных упражнений поможет освоить правильное дыхание и даст нагрузку на многие группы мышц и восстановить дыхание после быстрого темпа занятия.

Правильный подбор дыхательных и физических упражнений обеспечивает и более качественное функционирование сердечно-сосудистой системы.

Немаловажное значение на своих занятиях я придаю **комплексу музыкально-ритмических упражнений**, который позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку. К тому же включение йоги и дыхательной гимнастики, оказывающих благотворное воздействие на все органы человеческого тела, позволяет укрепить общее состояние организма. Я убедился на практике, что очень важна на занятии улыбка педагога и улыбка самого ребенка. Если ребенок танцует и улыбается, то за счет этого движения становятся четкими, уверенными и свободным. Постепенно его качества переходят и на личность ребенка в результате постоянной тренировки улыбки.

Вскоре улыбка внешняя становится улыбкой внутренней и ребенок уже с ней смотрит на мир и на людей.

### **Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы.**

При реализации образовательной программы тему «Азбука танцевального движения» можно использовать дистанционно, учащимся дается задание для выполнения в домашних условиях. Фото и видео отчет о выполнении заданий учащиеся присылают педагогу.

Также занятия могут проходить в режиме онлайн с использованием электронных платформ.

### **3. Список литературы для педагога:**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 2008.
2. Богаткова Л. Хоровод друзей.- М.: Детгиз, 2014.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания.- М., 2017.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 2019.
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 2019.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 2016.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2014.
8. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 2018.
9. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 2017.
10. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 2019.
11. Конен В. Рождение джаза.- М., 2015.
12. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 2000.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 2017.
14. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 2013.
15. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей.- Ярославль, 2018.
16. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 2019.
17. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 2019.
18. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 2015.
19. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 2018.
20. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 2016.
21. Устинова Т. Избранные русские народные танцы.- М.: Искусство, 2019.
22. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 2019.
23. Шишкина-Фишер Е. Немецкие народные календарные обряды обычаи танцы и песни.- М.: Готика, 2000.
24. Ярмолович Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца.- М.: Искусство, 2019.

### **Список литературы для учащихся:**

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 2019.
2. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 2018.
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 2019.
4. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 2015.

## Материал по теме: «Азбука танцевального движения»

### Позиции рук и ног в классическом танце

#### *Позиции ног*

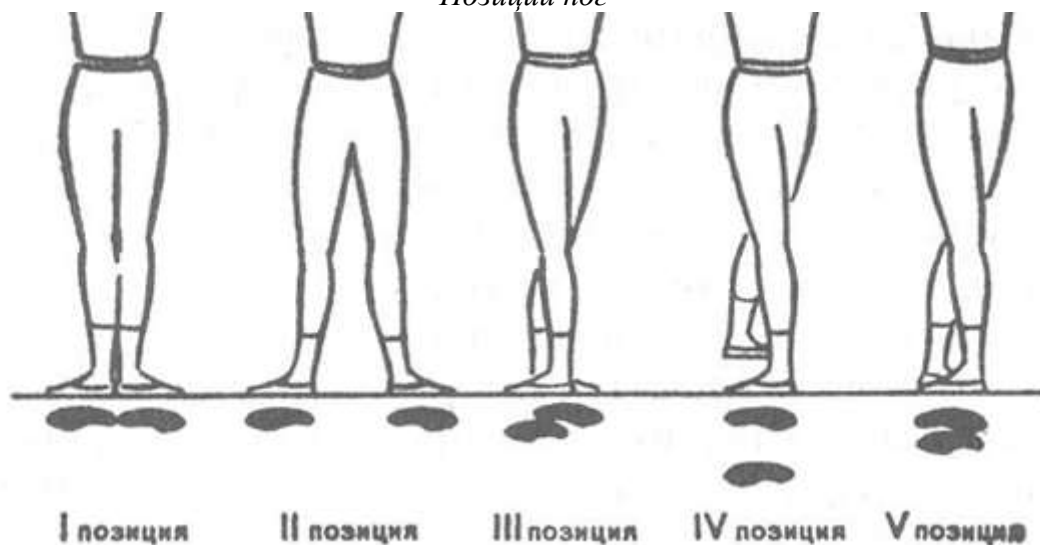


Рис. 1

Позиций ног в классическом танце пять (рис. 1).

В 1-ой позиции обе ступни соединены пятками и образуют одну прямую линию.

Во 2-ой позиции ступни так же находятся на одной линии, но между пятками выдерживается расстояние, равное длине ступни.

В 3-ей позиции ступни соприкасаются, закрывая друг друга на половину своей длины.

В 4-ой позиции ступни располагаются параллельно одна по отношению к другой на расстоянии, равном длине ступни.

В 5-ой позиции ступни соединены и полностью закрывают друг друга, при этом пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

Во всех 5-ти позициях ноги выворотны. Ступни плотно и равномерно примыкают к полу, без навала на большой палец или на мизинец. Центр тяжести тела распределяется на обе ноги. Колени подтянуты, причем во 2-ой и 4-ой позиции они представляют собой прямую, а не вогнутую линию.

#### *Позиции рук*

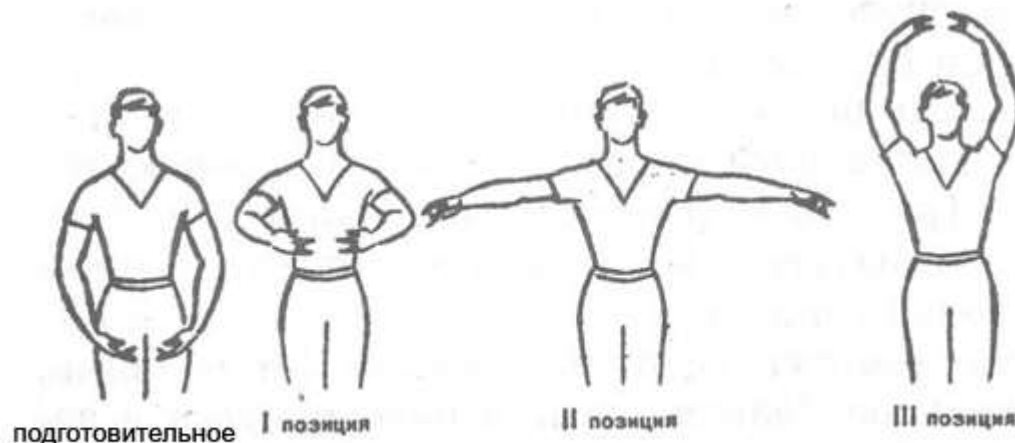


Рис. 2

Позиций рук в классическом танце три (рис. 2). В дальнейшем, когда приступим к изучению *port de bras*, появятся различные сочетания позиций рук. В сценическом танце допускается еще большее пластическое разнообразие, однако три позиции рук по-прежнему остаются основой их пространственного движения.

В 1-ой позиции обе руки округлены в локтях и запястьях и со сближенными кистями подняты перед собой на уровне диафрагмы, ладони обращены к корпусу.

Во 2-ой позиции руки при слегка округленных локтях и запястьях раскрыты в стороны чуть впереди корпуса и несколько ниже линии плеч, ладони обращены вперед.

В 3-ей позиции обе руки в овальном положении подняты вверх несколько впереди корпуса со сближенными кистями, ладони повернуты вниз.

Удерживать руки во всех позициях следует в локтях и пальцах. Угловатость локтей совершенно недопустима так же, как напряженность или расслабленность кистей. Пальцы должны быть свободны и не напряжены в суставах, сгруппированы мягко, как продолжение закругляющейся линии рук.

В подготовительном положении руки свободно опущены вниз с мягко округленными локтями и запястьями. Кисти сближены, ладони обращены вверх. Надо следить за тем, чтобы в подготовительном положении руки не прикасались к корпусу или отводились слишком вперед.

## Материал по теме: «Азбука танцевального движения»

### *Русский танец. Позиции рук.*

Исходная позиция.

Обе руки свободно по бокам опущены вниз, кисти направлены ладонями или к корпусу, или вперед.

**1-я позиция.** Обе руки подняты вперед, локти свободны, кисти направлены ладонями вверх.

**2-я позиция.** Обе руки широко раскрыты в стороны, локти не напряжены, кисти направлены ладонями вверх и слегка вперед.



**3-я позиция.** В чистом виде 3-я позиция не характерна для русских танцев. В женском танце обе руки исполнительницы иногда поднимаются в 3-ю позицию, когда девушка обыгрывает платок, держа его двумя руками за концы. В сценическом русском танце руки девушки иногда проводятся через 3-ю позицию, раскрываясь в стороны. Значительно чаще поднимается в 3-ю позицию одна рука, тогда как другая находится в ином положении.



### ПОЛОЖЕНИЯ РУК В РУССКОМ ТАНЦЕ

**1-е положение.** Обе руки, согнутые в локтях, лежат сбоку на талии, у девушек — кулачками, иногда ладонями; у юношей — чаще ладонями, иногда кулачками. Локти направлены в стороны. Это положение можно назвать «подбоченившись».

**2-е положение.** Руки скрещены на груди. У девушек руки или приближены к корпусу, или чуть отведены, правая рука находится под левой рукой, кисти зажаты в кулачок и спрятаны под локти противоположных рук.

У юношей руки от корпуса отведены, локти направлены вперед, правая рука находится над левой рукой, кисти лежат ладонями на противоположных руках, выше локтя.



**3-е положение (женское).** Обе руки подняты невысоко в стороны и находятся между исходной и 2-й позицией, локти свободны, кисти направлены ладонями вперед. Иногда девушка в правой руке держит платочек.

**4-е положение (женское).** Правая рука, согнутая в локте, поднята от локтя вверх, локоть от корпуса отведен в сторону и направлен вниз, кисть, повернутая ладонью к зрителю, находится чуть выше правого плеча, пальцы согнуты и опущены к ладони. Левая рука свободно опущена вниз и от корпуса отведена.

### КОМБИНИРОВАННЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ РУК В РУССКОМ ТАНЦЕ

В русском танце встречается большое количество комбинированных положений рук, в которых правая рука находится в одной позиции или положении, левая в другой. Из них приводим только наиболее характерные.



**5-е положение.** Одна рука находится в 1-м положении, т. е. лежит кулачком сбоку на талии. Другая рука находится в исходной позиции, т. е. свободно опущена вниз.

**6-е положение (женское).** Правая рука находится в 3-й позиции, т. е. поднята вверх, часто с платочком. Левая рука находится в 1-м положении, т. е. лежит кулачком сбоку на талии.

### Расположение танцующих и положения рук в русских парных танцах.

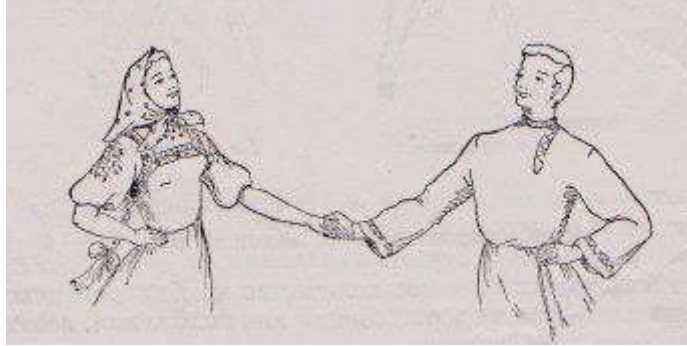
**7-е положение.** Исполнители стоят рядом, лицом по ходу движения, юноша слева, девушка справа. Правой рукой юноша держит левую руку девушки, обе руки опущены вниз. Свободные руки лежат сбоку на талии или опущены вниз.



**8-е положение.** Исполнители стоят рядом, лицом по ходу движения, юноша слева, девушка справа. Правой рукой юноша держит левую руку девушки; обе руки, согнутые в локтях, от локтя подняты вертикально вверх и приближены одна к другой, соединенные кисти находятся на уровне плеч, локти опущены вниз и приближены к корпусу. Свободные руки находятся или в исходной позиции, или в 1-м положении, т. е. лежат сбоку на талии.

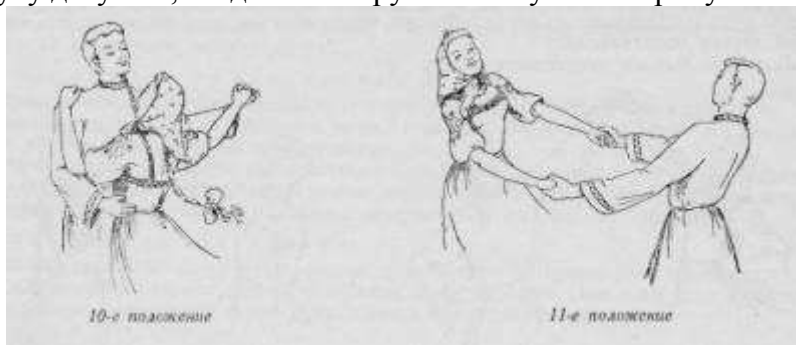
**9-е положение.** Исполнители стоят на расстоянии крупного шага один от другого, лицом по ходу движения, юноша слева, девушка справа. Правой рукой юноша держит левую руку

девушки; соединенные руки слегка подняты ниже уровня плеч. Свободные руки опущены вниз, т. е. находятся в исходной позиции или лежат сбоку на талии. Исполнители отклоняются друг от друга, но смотрят один на другого.



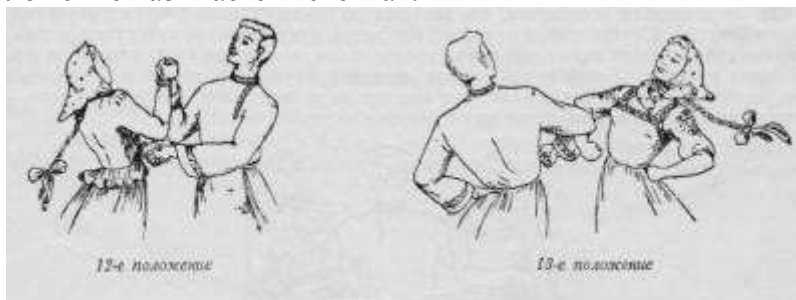
В этом положении юноша и девушка могут: а) двигаться вперед, б) выполнять парное вращение: юноша переступает на месте, девушка обходит вокруг юноши. Подняв из этого положения соединенные руки вверх, исполнители могут выполнять вращение поодиночке, поочередно проходя под поднятыми руками, причем девушка делает поворот к юноше, т. е. влево, юноша делает поворот к девушке, т. е. вправо.

**10-е положение.** Исполнители стоят друг перед другом. Правой рукой юноша держит девушку за талию, левая рука девушки лежит на правом плече юноши.левой рукой юноша держит правую руку девушки, соединенные руки вытянуты в сторону.



**11-е положение.** Исполнители стоят друг перед другом на расстоянии шага, держась за руки (правой за левую, левой за правую); соединенные руки слегка опущены вниз. Корпус и голова могут быть наклонены или направо, или налево. В этом положении возможно парное вращение.

**12-е положение.** Юноша и девушка стоят наискосок один от другого, правым плечом один к другому. Правые руки, согнутые в локтях, подняты вертикально вверх и от локтя до кисти соединены со стороны ладони. Кисти левых рук, соединенные, как при рукопожатии, находятся под локтями правых рук. Исполнители смотрят друг на друга. В Уральской «Шестёре» это положение называется «свечка».



**13-е положение.** Исполнители стоят правым плечом друг к другу. Правые руки закруглены и переплетены в локтях, руки от локтя направлены вниз, кисти чуть зажаты в кулачок. Левые руки лежат сбоку на талии. Корпус исполнителей или прямой, или верхней частью отклонен в сторону; исполнители смотрят друг на друга. В таком положении очень часто выполняется парное вращение, которое в этом случае называется «крутка».

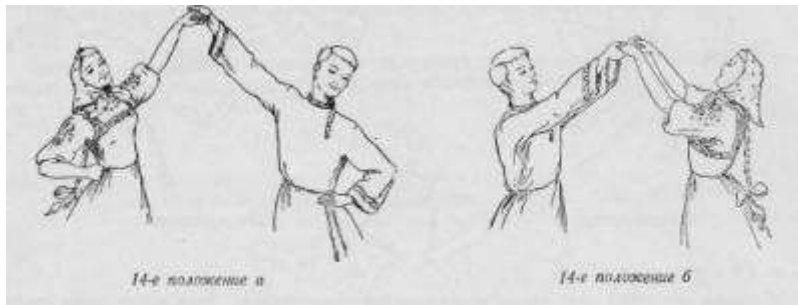


**14-е положение. «Воротца».** Исполнители, юноша и девушка, находящиеся на расстоянии шага один от другого, берутся за руки и поднимают их вверх, образуя, таким образом, «воротца», в которые могут пройти другие исполнители.

«Воротца» бывают нескольких видов:

а) Исполнители стоят лицом по ходу движения, на расстоянии шага друг от друга, юноша слева, девушка справа. Правой рукой юноша держит левую руку девушки, обе руки подняты вверх. Свободные руки или опущены, или лежат сбоку на талии. В таком положении исполнители пропускают в «воротца» пары, идущие навстречу. Повернувшись лицом в другую сторону и перехватившись другими руками — юноша левой, девушка правой, — они образуют «воротца», через которые пары двигаются в обратном направлении.

б) Исполнители стоят лицом друг к другу на расстоянии шага и держатся за руки, правой рукой за левую руку, левой за правую, соединенные руки подняты вверх.



**15-е положение (тройное).** Юноша находится посередине, две девушки по бокам. Юноша раскрыл обе руки за спинами девушек. Юноша правой рукой держит левую руку девушки, находящейся справа, причем ее рука от локтя лежит спереди на уровне талии, сомкнутые кисти находятся у правого бедра девушки.левой рукой юноша держит правую руку девушки, находящейся слева, причем ее рука от локтя находится спереди на уровне талии, сомкнутые кисти — у левого бедра девушки. Свободные руки девушек опущены вниз.



Расположение танцующих и положения рук в массовых танцах **16-е положение.** Исполнители стоят рядом, боком друг к другу, держась за руки. Руки могут быть: а) опущены вниз, свободные в локтях, б) подняты вперед до уровня плеч, в) подняты вверх, вытянутые в локтях, г) подняты в стороны; в последнем случае исполнители стоят один от другого на расстоянии вытянутых рук.

**17-е положение. «Корзиночка».** Исполнители стоят рядом, боком друг к другу, лицом к зрителю или в круг и держатся спереди за руки, раскрытые в стороны, но не с исполнителем, стоящим рядом, а через одного справа и слева, так что руки спереди скрещены. Обычно это расположение применяется в парно-массовых танцах, где юноши и девушки в кругу стоят через одного. В таком случае юноши держатся за руки с юношами, девушки с девушками. Называется это положение «корзиночка».

**18-е положение. «Звездочка».** Исполнители стоят по кругу, в затылок друг за другом. Правые руки вытянуты в центр круга и соединены в кистях, левые руки лежат сбоку на

тали. При повороте в другую сторону в центре соединяются левые руки, правые кладутся на талию.



Как видите позиции и положения рук в русском народном танце весьма разнообразны.

### Методика «Лесенка»

Данная методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

**Цель исследования:** определить особенности самооценки ребёнка (как общего отношения к себе) и представлений ребёнка о том, как его оценивают другие люди.

**Материал и оборудование:** нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

**Процедура исследования:** Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с ребёнком с использованием определённой шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

**Проведение теста:** Ребенку дают листок с нарисованной на нём лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребёнок ваше объяснение. В случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

**Анализ результатов:** Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку ребёнок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, но об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьёзное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам у детей. Как правило, это связано с холодным отношением к детям, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребёнок, который приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведёт. А так как дети не могут быть хорошими постоянно и уж тем более не могут соответствовать всем притязаниям взрослых, выполнять все их требования, то, естественно, дети в этих условиях начинают сомневаться в себе, в своих силах и в любви к ним родителей. Также не уверены в себе и в родительской любви дети, которыми вообще не занимаются дома. Таким образом, как мы видим, крайнее пренебрежение ребёнком, как и крайний авторитаризм, постоянная опека и контроль, приводят к сходным результатам.

Конкретно об отношении родителей к ребёнку и их требованиях говорят ответы на вопрос о том, куда их поставят взрослые - папа, мама, воспитательница. Для нормального, комфортного самоощущения, которое связано с появлением чувства защищённости, важно, чтобы кто-то из взрослых поставил ребёнка на самую высокую ступеньку. В идеале, сам ребенок может поставить себя на вторую ступеньку сверху, а мама (или кто-то другой из родных) ставит его на самую высокую ступеньку.

#### Исследование самооценки ребенка с помощью методики «Лесенка»

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

**Инструкция:** «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама».

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый

старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Способ выполнения задания	Тип самооценки
1. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».	Неадекватно завышенная самооценка
2. После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».	Завышенная самооценка
3. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности.

## Приложение 4

**Рейтинг деятельности учащихся по итогам учебного года**  
**Рейтинговая карта достижений учащихся**  
**творческого объединения**

---

№ п/п	Наименование мероприятия, дата проведения	Результаты участия			Примечание
			Призовые места (количество)	Ф.И. победителей	
<b><i>Городские, районные мероприятия</i></b>					
<b><i>Областные, зональные мероприятия</i></b>					
<b><i>Всероссийские и Международные мероприятия</i></b>					

Педагог т/о \_\_\_\_\_ / /

*Диагностика учащегося  
Хореографического коллектива «Фантазия»  
на 20\_\_20\_\_учебный год*

Дата проведения \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

*Музыкальные и профессиональные физические данные*

1. Концентрация внимания на объяснениях и действиях педагога, на начале/прекращении аккомпанемента под который выполняются движения.
2. Двигательные навыки, координация
3. Профессиональные физические данные: 1) Осанка, 2) Выворотность ног, 3) Гибкость тела, 4) Прыжок, 5) Устойчивость, 6) Артистичность и эмоциональность
4. Выполнение простых танцевальных шагов и фигур
5. Коммуникативность

№	Фамилия имя ребенка	Номер вопроса									
		1	2	3.1	3.2	3.3.	3.4.	3.5	3.6	4	5
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											

**Условные обозначения:** +    **высокий уровень**  
                                   + - **средний уровень**  
                                   -    **низкий уровень**

Подпись \_\_\_\_\_

## Приложение 6

### Опросник темперамента Русалова (детский вариант)

**Инструкция:** “Ответь, пожалуйста, на вопросы, которые приведены ниже. Отвечай на вопросы только «да» и «нет». Не задумывайся над вопросами слишком долго. Неправильных ответов здесь нет. Старайся не пропускать вопросы и возвращаться к уже пройденному. Приступай к работе!”

1. Проворный ли ты человек?
2. Готов ли ты обычно, не раздумывая, включиться в разговор?
3. Нравится ли тебе быть одному больше, чем в компании?
4. Испытываешь ли ты постоянную жажду знаний?
5. Ты предпочитаешь говорить медленно и неторопливо?
6. Задевают ли тебя замечания других людей?
7. Трудно ли тебе заснуть из-за того, что ты повздорил с друзьями?
8. Хочется ли тебе заняться каким-либо ответственным делом в свободное от занятий время?
9. В разговоре с товарищами твоя речь часто опережает твою мысль?
10. Раздражает ли тебя быстрая речь собеседника?
11. Трудно ли тебе долго не общаться с людьми?
12. Ты когда-нибудь опаздывал на урок?
13. Нравится ли тебе быстро ходить и бегать?
14. Сильно ли ты переживаешь, когда учитель ставит плохие отметки в дневник?
15. Легко ли тебе выполнять школьное задание, требующее длительного внимания и большой сосредоточенности?
16. Утомительно ли тебе быстро говорить?
17. Часто ли ты испытываешь чувство тревоги, что выучил урок недостаточно глубоко?
18. Легко ли твои мысли переходят с одной темы на другую во время разговора?
19. Нравятся ли тебе игры, требующие большой скорости и ловкости?
20. Склонен ли ты искать новые варианты решения задач?
21. Испытываешь ли ты чувство беспокойства, что тебя неправильно поняли в разговоре?
22. Охотно ли ты выполняешь сложное общественное поручение?
23. Бывает ли, что ты говоришь о вещах, в которых не разбираешься?
24. Легко ли ты воспринимаешь быструю речь?
25. Легко ли тебе делать одновременно много дел?
26. Часто ли бывает, что ты сказал, что-то своим друзьям, не подумав?
27. Обычно ты предпочитаешь выполнять общественное поручение, не требующее от тебя много энергии?
28. Сильно ли ты переживаешь, когда обнаруживаешь ошибки в работе?
29. Любишь ли ты медленную, сидячую работу?
30. Легко ли тебе общаться с людьми?
31. Обычно ты предпочитаешь подумать, взвесить и лишь потом высказываться на уроке?
32. Все твои привычки хороши?
33. Быстры ли твои движения?
34. Обычно ты молчишь и не вступаешь в разговор, когда находишься в обществе малознакомых людей?
35. Легко ли тебе перейти от игры к выполнению уроков?
36. Глубоко ли ты переживаешь плохое к тебе отношение людей?
37. Разговорчивый ли ты человек?
38. Легко ли тебе выполнять поручения, требующие мгновенных реакций?
39. Ты обычно говоришь свободно, без запинок?
40. Волнуешься ли ты, что не сможешь выполнить порученное задание?
41. Сильно ли ты расстраиваешься, когда близкие друзья указывают на твои недостатки?

42. Испытываешь ли ты повышенную тягу к приобретению знаний на уроках?
43. Считаешь ли ты свои движения медленными и неторопливыми?
44. Бывают ли у тебя мысли, которые ты бы хотел скрыть от других?
45. Легко ли тебе сходу, без особых раздумий, задавать вопросы?
46. Доставляют ли тебе удовольствия быстрые движения?
47. Легко ли тебе переключиться на новое дело?
48. Стесняешься ли ты в присутствии незнакомых людей?
49. Быстро ли ты выполняешь данное тебе поручение?
50. Легко ли тебе выполнять сложные, ответственные дела самостоятельно?
51. Можешь ли ты говорить быстро и разборчиво?
52. Если ты обещал что-то сделать, всегда ли ты выполняешь свое обещание, независимо от того, можешь ты это или нет?
53. Считаешь ли ты, что твои друзья обходятся с тобой хуже, чем следовало бы?
54. Обычно ты предпочитаешь делать одно дело?
55. Любишь ли ты быстрые игры?
56. Много ли в твоей речи пауз?
57. Легко ли тебе внести оживление в большую компанию?
58. Чувствуешь ли ты себя настолько сильным и энергичным, что тебя всегда тянет заниматься каким-нибудь трудным делом?
59. Трудно ли тебе переключаться с одного задания на другое?
60. Бывает ли, что надолго портится настроение из-за того, что получил двойку?
61. Тяжело ли тебе заснуть из-за того, что не ладятся дела, связанные с учебой?
62. Любишь ли ты бывать в большой компании?
63. Волнуешься ли ты, выясняя отношения с друзьями?
64. Испытываешь ли ты сильную потребность в учебе?
65. Злишься ли ты иногда по пустякам?
66. Склонен ли ты делать много дел одновременно?
67. Держишься ли ты свободно в большой компании?
68. Часто ли ты высказываешь свое первое впечатление, не подумав?
69. Беспокоит ли тебя чувство неуверенности, когда ты готовишь уроки?
70. Медленны ли твои движения, когда ты что-либо мастеришь?
71. Легко ли ты переключаешься с одного дела на другое?
72. Быстро ли ты читаешь вслух?
73. Ты иногда сплетничаешь?
74. Молчалив ли ты, находясь в кругу незнакомых людей?
75. Нуждаешься ли ты в людях, которые бы тебя ободрили и утешили в трудную минуту?
76. Охотно ли ты выполняешь множество поручений одновременно?
77. Любишь ли ты выполнять дела в быстром темпе?
78. В свободное время тебя тянет пообщаться с людьми?
79. Бывает ли у тебя бессонница при неудачах в школе?
80. Долго ли ты переживаешь ссору с товарищами?
81. Долго ли ты готовишься перед тем, как высказать свое мнение?
82. Есть ли в твоём классе ученики, которые тебе очень не нравятся?
83. Обычно ты предпочитаешь легкую работу?
84. Сильно ли ты переживаешь после ссоры с друзьями?
85. Легко ли тебе первому начать разговор в компании?
86. Испытываешь ли ты большое желание к общению с людьми?
87. Склонен ли ты сначала подумать, а потом говорить?
88. Часто ли ты волнуешься по поводу своих школьных успехов?
89. Всегда ли ты платил бы за проезд, если бы не опасался проверки?
90. Держишься ли ты скованно в компаниях ребят?
91. Склонен ли ты преувеличивать в своем воображении неудачи, связанные с учебой?



92. Нравится ли тебе быстро говорить?  
 93. Легко ли тебе удержаться от высказывания неожиданной мысли?  
 94. Обычно ты работаешь неторопливо и медленно?  
 95. Переживаешь ли ты из-за малейших неудач в учебе?  
 96. Ты предпочитаешь медленный, спокойный разговор?  
 97. Сильно ли ты волнуешься из-за ошибок, которые были допущены при выполнении контрольной работы?  
 98. Легко ли тебе выполнять работу, требующую много времени?  
 99. Легко ли тебе, не долго думая, обратиться с просьбой к взрослому человеку?  
 100. Беспокоит ли тебя чувство неуверенности в себе при общении с другими людьми?  
 101. Охотно ли ты берешься за выполнение новых поручений?  
 102. Устаешь ли ты, когда говоришь быстро?  
 103. Ты предпочитаешь работать с прохладцей, без особого напряжения?  
 104. Легко ли тебе заниматься одновременно в нескольких кружках?  
 105. Любишь ли ты подолгу оставаться один?

## Бланк ответов

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

№	Ответ «Да»	Ответ «Нет»	№	Ответ «Да»	Ответ «Нет»	№	Ответ «Да»	Ответ «Нет»		Ответ «Да»	Ответ «Нет»
1			30			59			83		
2			31			60			84		
3			32			61			85		
4			33			62			86		
5			34			63			87		
6			35			64			88		
7			36			65			89		
8			37			66			90		
9			38			67			91		
10			39			68			92		
11			40			69			93		
12			41			71			94		
13			42			72			95		
14			43			73			96		
15			44			74			97		
16			45			75			98		
17			46			76			99		
18			47			71			100		
19			48			72			101		
20			49			73			102		
21			50			74			103		
22			51			75			104		
23			52			76			105		
24			53			77					
25			54			78					
26			55			79					
27			56			80					

28			57			81				
29			58			82				

Обработка данных: проводится путем сравнения ответов испытуемого с «ключевыми». Каждое совпадение оценивается в один балл. Количество баллов суммируется по каждой шкале. Результаты испытуемых, получивших высокий балл (7 и более) по контрольной шкале, не подлежат рассмотрению.

Ключи к вопросам:

Шкала	Номера вопросов с ответом «Да»	Номера вопросов с ответом «Нет»
Энергичность (ЭР)	4,8,15,22,42,50, 58,64,98,	27,83,103
Социальная энергичность (СЭР)	11,30,57,62,67,78,86	3,34,74,90,105
Пластичность (П)	20,25,35,38,47,66,71,76,101,104	54,59
Социальная пластичность (СП)	2,9,18,26,45,68,85,99	31,81,87,93
Темп (Т)	1,13,19,33,46,49,55,77	29,43,70,94
Социальный темп (СТ)	24,37,39,51,72,92	5,10,16,56,96,102
Эмоциональность (ЭМ)	14,17,28,40,60,61,69,79,88,91,95,97	
Социальная эмоциональность (СЭМ)	6,7,21,36,41,48,53,63,75,80,84,100	
Контрольные вопросы (К)	32,52,89	12,23,44,65,73,82

После того как получены необходимые данные, строится график с осями - название шкал – по горизонтали (каждый параметр отмечается на данной оси с определенным интервалом), и осью – значения данной шкалы – по вертикали. Где значение ниже 4 это показатель очень слабого проявления данного признака, а значение выше 9 – высокий показатель данного признака. На данном графике отмечаются суммы значений ответов «да» и «нет» по каждому представленному параметру.

В результате получается индивидуальный показатель проявления тех или иных качеств темперамента в виде определенной кривой. По данной кривой строится уже качественный анализ полученных результатов с учетом степени проявления того или иного параметра.

Качественный анализ:

ОСТ содержит следующие шкалы:

1. **Предметная энергичность.** Включает в себя вопросы об уровне потребности в освоении предметного мира, стремлении к умственному и физическому труду.

Высокие значения (ВЗ) (9-12 баллов) по этой шкале означают высокую потребность в освоении предметного мира, жажду деятельности, стремление к напряженному умственному и физическому труду, легкость умственного пробуждения.

Низкие значения (НЗ) (3-4 балла) означают пассивность, низкий уровень тонуса и активации, нежелание умственного напряжения, низкую вовлеченность в процесс деятельности.

2. **Социальная энергичность.** Содержит вопросы об уровне потребности в социальных контактах, о стремлении к лидерству.

ВЗ – коммуникативная энергичность, потребность в социальном контакте, жажда освоения социальных форм деятельности, стремление к лидерству, общительность, стремление к занятию высокого ранга, освоение мира через коммуникацию.

НЗ – незначительная потребность в социальных контактах, уход от социально-активных форм поведения, замкнутость, социальная пассивность.

3. **Пластичность.** Содержит вопросы о степени легкости или трудности переключения с одного предмета на другой.

ВЗ – легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремление к разнообразию форм предметной деятельности.

НЗ – склонность к монотонной работе, боязнь и избегание разнообразных форм поведения, вязкость, консервативные формы деятельности.

**4. Социальная пластичность.** Содержит вопросы, направленные на выяснение степени легкости или трудности переключения в процессе общения от одного человека к другому, склонности к разнообразию коммуникативных программ.

ВЗ – широкий набор коммуникативных программ, автоматическое включение в социальные связи, легкость вступления в социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, наличие большого количества коммуникативных заготовок, коммуникативная импульсивность.

НЗ – трудность в подборе форм социального взаимодействия, низкий уровень готовности к вступлению в социальные контакты, стремление к поддержанию монотонных контактов.

**5. Темп или скорость.** Включает вопросы о быстроте моторно-двигательных актов при выполнении предметной деятельности.

ВЗ – высокий темп поведения, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий.

НЗ – замедленность действий, низкая скорость моторно-двигательных операций.

**6. Социальный темп.** Включает вопросы, направленные на выявление скоростных характеристик речедвигательных актов в процессе общения.

ВЗ – речедвигательная быстрота, быстрота говорения, высокие скорости и возможности речедвигательного аппарата.

НЗ – слабо развита речедвигательная система, речевая медлительность, медленная вербализация.

**7. Эмоциональность.** Включает в себя вопросы, оценивающие эмоциональность, чувствительность к неудачам к работе.

ВЗ – высокая чувствительность к расхождению между задуманным и ожидаемым, планируемым и результатами реального действия, ощущения неуверенности, тревоги, неполноценности, высокое беспокойство по поводу работы, чувствительность к неудачам.

НЗ – незначительное эмоциональное реагирование при неудачах, нечувствительность к неудачам, спокойствие, уверенность в себе.

**8. Социальная эмоциональность.** Включает вопросы, касающиеся эмоциональной чувствительности в коммуникативной сфере.

ВЗ – высокая эмоциональность в коммуникативной сфере, высокая чувствительность к неудачам в общении.

НЗ – низкая эмоциональность в коммуникативной сфере, нечувствительность к оценкам товарищей, отсутствие чувствительности к неудачам в общении, уверенность в себе и ситуациях общения.

**9. Контрольная шкала.** Включает вопросы на откровенность и искренность высказываний.

ВЗ – неадекватная оценка своего поведения, желание выглядеть лучше, чем есть на самом деле.

НЗ – адекватное восприятие своего поведения.

## Приложение 7

### Задание на учет мотивов героев в решении моральной дилеммы.

#### Модифицированная задача Ж. Пиаже

#### Задание на учет мотивов героев в решении моральной дилеммы

(модифицированная задача Ж. Пиаже, 2006)

*Цель:* выявление ориентации на мотивы героев в решении моральной дилеммы (уровня моральной децентрации).

*Оцениваемые универсальные учебные действия:* действия нравственно-этического оценивая, учет мотивов и намерений героев.

*Возраст:* 5—7 лет.

*Метод оценивая:* индивидуальная беседа.

*Описание задания:* то же, что в предыдущем.

Текст рассказа:

Маленький мальчик Сережа захотел помочь маме помыть посуду. Он вымыл чашку и хотел поставить ее на стол, но поскользнулся, упал и уронил поднос, на котором стояли чашки. Пять чашек разбилось.

Другой мальчик Петя, когда его мамы не было дома, захотел взять из буфета варенье. Полка, на которой стояла банка, была высоко, и он встал на стул. Пытаясь достать варенье, он зацепил чашку. Она упала и разбилась.

Вопросы:

1. Кто из детей больше виноват?
2. Кто заслуживает наказания? Почему?

*Критерии оценивая:* выделение мотивов поступка (ответ на вопросы 1 и 2).

*Уровни оценивая:*

К вопросу 1:

1. Отсутствует ориентация на обстоятельства поступка — ответа нет, оба виноваты.
2. Ориентация на объективные следствия поступка — виноват больше Сережа, потому что разбил 5 чашек, а Петя только одну.
3. Ориентация на мотивы поступка — Сережа хотел помочь маме, а Петя — съесть варенье, виноват больше Петя.

К вопросу 2:

1. Отсутствует ориентация на обстоятельства поступка — следует наказать обоих: оба виноваты, оба поступили плохо.
2. Ориентация на объективные последствия поступка — следует наказать Сережу: Сережа виноват больше, он разбил больше (много) чашек.
3. Ориентация на мотивы поступка — Петя виноват больше, ведь Сережа хотел помочь маме, а Петя — удовлетворить свои желания. Ориентация на намерения героя. Проявление децентрации как учета намерений героя рассказа.