

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»



Утверждаю  
Директор ГОАУ ДО ЯО  
«Центр детей и юношества»  
Е.А. Дубовик

Приказ № 17-01/208 от 01.04.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Хореография: уличная и современная»

направленность программы – художественная

уровень программы – разноуровневая

возраст детей – 8-14 лет

срок реализации – 4 года

Автор-составитель:  
Демчук Анна Александровна,  
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2024 г.

## Оглавление

<b>1.</b>	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебно-тематический план	5
1.3.	Содержание программы	6
<b>2.</b>	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1.	Календарный учебный график	11
2.2.	Методическое обеспечение программы	12
2.3.	Оценочные материалы	12
2.4.	Материально-техническое обеспечение	14
2.5.	Кадровое обеспечение	14
<b>3.</b>	<b>Список информационных источников</b>	14
<b>4.</b>	<b>Приложения</b>	
1.	Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год для групп 1-го года обучения	16
2.	Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год для групп 2-го года обучения	17
3.	Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год для групп 3-го года обучения	20
4.	Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год для групп 4-го года обучения	22
2.	Диагностический материал	23

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография: уличная и современная» (далее – программа) является разноуровневой и имеет художественную направленность.

### Уровень программы

1 и 2 год обучения относятся к базовому уровню. Ребенок оттачивает ранее изученный материал, знакомится с новыми направлениями в хореографии и изучает новые элементы. 3 и 4 год обучения относятся к продвинутому (углублённому) уровню. Ребенок совершенствует свое мастерство. Идёт расширение изучаемых тем, совершенствуются танцевальные навыки.

Программа разработана согласно требованиям нормативно-правовых документов и локальных актов ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» (см. ниже в разделе «Список информационных источников»). Содержание программы направлено на развитие общефизических, артистических и исполнительских способностей; на подготовку детей в концертной деятельности.

Танец – это возможность быть собой, быть разным, быть любимым. Это возможность меняться. Само слово «хореография» греческого происхождения, буквально значит «писать танец».

В возрасте 7-11 лет дети заинтересованы в изучении нового; самостоятельны в занятиях-хобби и в выполнении отдельных обязанностей; рассудительны. В этот период у них интенсивно развивается самосознание, а самооценка зависит от успеваемости и особенностей общения педагога с группой. Концертная деятельность как никак лучше способствует к самоутверждению ребёнка.

В 10-14 лет у детей развивается абстрактное мышление, «чувство «взрослости», идёт переоценка ценностей. Ребёнок сам строит гипотезы и проверяет их; формируется характер, стабилизируются его черты, данный возраст сензитивен для развития волевых качеств личности.

Обучить искусству сочинения танца и создания спектаклей можно лишь тех, кто имеет природные способности, призвание к этому роду деятельности.

Содержание программы включает в себя изучение сложных элементов современной и уличной хореографии, занятия актёрским мастерством, репетиции на сцене и концертную деятельность. В программу входит изучение истории современного танца, знакомство с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой.

Особенность программы состоит в профильном развитии детей, нацеленных на концертно-сценическую деятельность.

**Цель программы** – развитие навыков хореографического искусства у обучающихся школьного возраста, посредством тренировочной и концертной деятельности.

Для реализации поставленной цели предусматривается решение следующих **задач**:

### Первый год обучения:

- углублённое изучение стилей: modern, modern-jazz, contemporary;
- познакомить с особенностями ритмического строения музыки;
- развить опорно-двигательный аппарат;
- воспитать уважение к культуре танца.

### Второй год обучения:

- углублённое изучение стилей: hip-hop, house, vogue, locking, jazz funk;
- развить чувство ритма, музыкальный слух.

### Третий год обучения:

- совершенствование навыков современной и уличной хореографии;
- развить мотивацию к самопознанию;
- воспитывать ответственность, упорство, силу воли.

### Четвертый год обучения:

- совершенствование навыков современной и уличной хореографии;
- раскрыть творческую индивидуальность обучающихся;
- привить художественный вкус.

### **Обучающиеся, для которых программа актуальна**

Данная программа рассчитана на обучающихся от 8 до 14 лет, желающих получить знания в области современной и уличной хореографии, систематически заниматься и принимать участие в концертах.

В коллективе могут заниматься дети, прошедшие обучение по программам: «Хореографическая подготовка. Старт» стартового уровня для обучающихся 5-7 лет, «Хореографическая подготовка» базового уровня для обучающихся 7-8 лет, а также дети, имеющие определенную танцевальную подготовку, соответствующую уровню данной программы.

В коллектив принимаются дети на основе заявления родителей (законных представителей) ребенка, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Для обучения по данной программе допускаются обучающиеся на основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации (справка).

Количество обучающихся в группе: 10-12 человек.

### **Формы и режим занятий**

Основная форма занятий – очная, групповая.

Режим занятий:

- 1 год обучения: 2 раза в неделю по 2 учебных часа;
- 2, 3 год обучения: 3 раза в неделю по 2 учебных часа;
- 4 год обучения: 2 раза в неделю по 3 учебных часа.

Продолжительность учебного часа 45 минут с перерывом не менее 10 минут.

В случае введения ограничительных мер на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в очном формате, связанных с санитарно-эпидемиологической обстановкой, реализация программы может осуществляться в дистанционном режиме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Реализация программы будет осуществляться через специализированные сервисы организации занятий, утвержденные приказом директора образовательной организации. Выбор специализированного сервиса будет осуществляться по конкретным обстоятельствам ограничительных мер.

### **Срок реализации программы**

Срок реализации программы – 4 года.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 792 часа:  
1 год обучения - 144 часа в год, 2-4 год обучения - 216 часов в год.

### **Планируемые результаты обучения**

#### **Первый год обучения**

Обучающиеся должны знать:

- музыкальные понятия: характер музыки, темп, ритм, доля, метр, такт;
- технику выполнения основных элементов в классической хореографии;
- историю создания и развитие танцевальных стилей: modern, modern-jazz, contemporary;
- терминологию, используемую на учебном занятии.

Обучающиеся должны уметь:

- отличать музыкальные жанры и стили;
- выполнять элементы современной хореографии.

#### **Второй год обучения**

Обучающиеся должны знать:

- терминологию, используемую на учебном занятии;
- историю создания и развитие танцевальных стилей: hip-hop, house, vogue, locking, jazz funk;

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять элементы уличной хореографии;
- отличать размерность музыкальных произведений.

### Третий год обучения

Обучающиеся должны знать:

- терминологию, используемую на учебном занятии;
- технику выполнения основных элементов современной и уличной хореографии.

Обучающиеся должны уметь:

- импровизировать, используя выученные танцевальные движения

### Четвёртый год обучения

Обучающиеся должны знать:

- технику выполнения основных элементов современной и уличной хореографии.

Обучающиеся должны уметь:

- самостоятельно придумать фрагмент хореографической постановки на заданную тему.

### Формы контроля и аттестации обучающихся

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по освоению программы используются следующие формы контроля: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль, которые проводятся в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества».

*Входной контроль* – это оценка исходного уровня развития физических данных, выявления музыкально - ритмического и эмоционального развития учащихся перед началом образовательного процесса.

*Текущий контроль* - проводится в течение всего учебного года, с целью определения уровня теоретических знаний, практических навыков и умений. Осуществляется такой контроль на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение за практической деятельностью учащихся, журнал посещаемости, просмотры.

*Промежуточный контроль* проводится один раз в год в форме открытого занятия или концертного выступления.

*Итоговый контроль* проходит по окончании полного курса обучения. Формы аттестации: наблюдение; открытые занятия; участие в концертных программах, конкурсах и фестивалях.

## 1.2. Учебно-тематический план

### Первый год обучения

№ п/п	Наименование тематического блока (раздела), темы занятия	Всего часов	В том числе:	
			теория	практика
1.	Введение в программу. Техника безопасности	2	1	1
2.	Музыка в танце	4	2	2
3.	Акробатика	18	1	17
4.	Основы классической хореографии	18	-	18
5.	Современная хореография	44	2	42
6.	Репетиционно-постановочная деятельность	30	-	30
7.	Воспитательные мероприятия	24	2	22
8.	Аттестация обучающихся	4	1	3
<b>Итого часов:</b>		<b>144</b>	<b>9</b>	<b>135</b>

### Второй год обучения

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе:	
			теория	практика
1.	Введение в программу. Техника безопасности	2	1	1
2.	Музыка в танце	4	2	2
3.	Акробатика	36	-	36
4.	Основы классической хореографии	36	-	36
5.	Уличная хореография	62	4	58

6.	Репетиционно-постановочная деятельность	40	-	40
7.	Воспитательные мероприятия	30	2	28
8.	Аттестация обучающихся	6	2	4
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	<b>11</b>	<b>205</b>

### Третий год обучения

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе:	
			теория	практика
1.	Введение в программу. Техника безопасности	2	1	1
2.	Музыка в танце	2	1	1
3.	Акробатика	36	-	36
4.	Основы классической хореографии	36	-	36
5.	Смешанная хореография	36	-	36
6.	Репетиционно-постановочная деятельность	64	-	64
7.	Воспитательные мероприятия	34	2	32
8.	Аттестация обучающихся	6	2	4
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	<b>6</b>	<b>210</b>

### Четвёртый год обучения

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе:	
			теория	практика
1.	Введение в программу. Техника безопасности	2	1	1
2.	Музыка в танце	1	1	-
3.	Акробатика	27	-	27
4.	Основы классической хореографии	27	-	27
5.	Импровизация	18	2	16
6.	Репетиционно-постановочная деятельность	87	-	87
7.	Воспитательные мероприятия	45	2	43
8.	Аттестация обучающихся	9	3	6
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	<b>9</b>	<b>27</b>

## 1.3. Содержание программы

### Первый год обучения

#### Раздел 1. Введение в программу. Техника безопасности

*Теория:* знакомство обучающихся с учебным классом, оборудованием, правилами поведения и техникой безопасности в учреждении; цели и задачи обучения, план работы.

*Практика:* тренинг на сплочение коллектива. Инструктаж по ТБ. Учебная эвакуация.

#### Раздел 2. Музыка в танце

*Теория:* история появления музыки. Музыкальная грамота. Понятия: метр, сильная и слабая доли, такт, размер такта, музыкальный квадрат, темп. Прослушивание музыкальных композиций в различных жанрах.

*Практика:* музыкально-ритмические упражнения, упражнения по актёрскому мастерству, представление музыки через эмоции.

#### Раздел 3. Акробатика

*Теория:* инструктаж по технике правильности выполнения элементов.

*Практика:*

- упражнения на пресс, на ноги, на руки;

- упражнения на гибкость и растяжку;
- элементы: берёзка, мостик с колен, мостик стоя, колесо вправо/влево, кувырок вперёд/назад в группировке, кувырок вперёд/назад в шпагат, кувырок боком.

#### **Раздел 4. Основы классической хореографии**

*Практика:* разучивание экзерсиса у станка и на середине зала

- позиции ног: I-V;
- позиции рук: подготовительная, I-III;
- у станка: plie, demi-plie, releve по VI, I и II позициях;
- ноги: battement tendu, battement tendu jete (вперёд, в сторону);
- руки: port de bras (первое);
- трамплинные прыжки;
- равновесия: «flex», «карандаш», passe;
- повороты: «шене»;
- Port De Bras I и II.

#### **Раздел 5. Современная хореография**

*Теория:* объяснение понятий - поза коллапса, политемп, свинг.

*Практика:*

- работа с уровнями – стоя, сидя, стоя на коленях, лёжа;
- движения в партере – перекаты, swing ногой, roll;
- шаги: примитива, в джаз-модерн манере, в рок-манере, мюзикл-комеди-джаз манере;
- с двух ног на две (jump), с одной ноги на другую с продвижением (leap), с одной ноги на туже ногу (hop), с двух ног на одну
- прыжки с уходом в партер;
- спирали и изгибы торса;
- работа рук в плоскостях;
- изоляция;
- вращения: на двух ногах, на одной ноге, повороты по кругу вокруг воображаемой оси, повороты на различных уровнях.

#### **Раздел 6. Репетиционно-постановочная деятельность**

*Практика:* отработка изученного материала обучения, постановка танцевальных номеров, подготовка к концертам, репетиции на сцене, примерка костюмов.

#### **Раздел 7. Воспитательные мероприятия**

*Теория:* правила поведения в зрительном зале и на сцене; правила поведения в чрезвычайных ситуациях; правила поведения при пожаре; правила поведения при поездках в автобусах и поездах.

*Практика:* участие в мероприятиях и конкурсах

- Посещение спектаклей и мастер-классов «Новогодняя кампания»;
- Праздничный концерт, посвященный Дню матери;
- Мероприятия ко Дню рождения ЦДЮ;
- Выступление, приуроченное ко Дню Города;
- Выступление, приуроченное ко Дню защиты детей.

#### **Раздел 8. Аттестация обучающихся**

*Теория:* психолого-педагогическая диагностика (тесты, анкетирование); анализ результатов участия учащихся в концертах, конкурсах и фестивалях.

*Практика:* открытое занятие для родителей, отчётный концерт.

#### **Второй год обучения**

#### **Раздел 1. Введение в программу. Техника безопасности**

*Теория:* знакомство обучающихся с учебным классом, оборудованием, правилами поведения и техникой безопасности в учреждениях; цели и задачи обучения, план работы.

*Практика:* инструктаж по ТБ, учебная эвакуация.

## **Раздел 2. Музыка в танце**

*Теория:* музыкальная грамота (повторение понятий: метр, сильная и слабая доли, такт, размер такта, музыкальный квадрат, темп). Прослушивание музыкальных композиций в различных жанрах.

*Практика:*

- музыкально-ритмичные упражнения,
- упражнения по актёрскому мастерству: выразительные движения (интерес, радость, удивление, печаль, страдание, отвращение, гнев, страх, стыд, чувство вины), имитация различных эмоциональных состояний.

## **Раздел 3. Акробатика**

*Теория:* инструктаж по технике правильности выполнения элементов

*Практика:*

- упражнения на пресс, на ноги, на руки;
- упражнения на гибкость и растяжку;
- элементы: берёзка, мостик с колен, мостик стоя, колесо вправо/влево, переворот назад/вперёд;
- прыжки: с поворотом, разножка не в шпагат;
- повороты: тур на одной ноге в положениях «flex», «карандаш», passe.

## **Раздел 4. Основы классической хореографии**

*Теория:* терминология классической хореографии.

*Практика:* Экзерсис у станка (лицом к станку, боком к станку):

- plie, demi-plie, grand-plie по I, II, III и VI позициям;
- battements tendu (вперёд, в сторону);
- battements jete (вперёд, в сторону);
- rond de jambe par terre;
- releve по I, II, III и VI позициям;
- трамплинные прыжки.

## **Раздел 5. Уличная хореография**

*Теория:* знакомство с направлениями в хип-хоп культуре, отличительные особенности hip-hop хореографии. Понятия: грав, oldschool, middle school, newschool; просмотр фрагментов фильма «Короли танцпола» (2003), просмотр хореографии с выступлений современных команд.

*Практика:*

- hip-hop хореография: party machine, monastery, the wop, party duke, kick out, march step, horse move, atl stomp, shamrock, al b, back jump, heel toe, biz markie, cabbage patch, roof top, prep, salsa step, wu tang, reject, roger rabbit, Indian step, dougie, c-walk, crab;
- house dance: heel step, knock, toe touch, popcorn, twist, twist walk, stomp, tip tap toe, Indian step, reject, gallop shuffle, roger rabbit, shake, the camel walk, shuffle, side swing, skating, slide, v-step, stomp, bedrock, lotus, j.b.step, train, jacking, loose legs, chase turn;
- элементы vogue: line, half line, box, tutting, wave, «бабочка», петли;
- элементы locking: down lock, pace, point, twirl, clap, scoobot, scooby doo, scooby hot, stop n go, funky guitar.

## **Раздел 6. Репетиционно-постановочная деятельность**

*Практика:* отработка изученного материала, постановка танцевальных номеров, подготовка к концертам, репетиции на сцене, примерка костюмов.



## **Раздел 7. Воспитательные мероприятия**

*Теория:* правила поведения в зрительном зале и на сцене; правила поведения в чрезвычайных ситуациях; правила поведения при пожаре; правила поведения при поездках в автобусах и поездах.

*Практика:* участие в мероприятиях и конкурсах

- Посещение спектаклей и мастер-классов «Новогодняя кампания»;
- Праздничный концерт, посвященный Дню матери;
- Мероприятия ко Дню рождения ЦДЮ;
- Выступление, приуроченное ко Дню города;
- Выступление, приуроченное ко Дню защиты детей;
- Выступление, приуроченное ко Дню России.

## **Раздел 8. Аттестация обучающихся**

*Теория:* психолого-педагогическая диагностика (тесты, анкетирование); анализ результатов участия учащихся в концертах, конкурсах и фестивалях.

*Практика:* открытое занятие для родителей, отчётный концерт.

## **Третий год обучения**

### **Раздел 1. Введение в программу. Техника безопасности**

*Теория:* знакомство обучающихся с учебным классом, оборудованием, правилами поведения и техникой безопасности в учреждениях; цели и задачи обучения, план работы.

*Практика:* инструктаж по ТБ, учебная эвакуация.

### **Раздел 2. Музыка в танце**

*Теория:* музыкальная грамота, прослушивание музыкальных композиций в различных жанрах.

*Практика:* музыкально-ритмичные упражнения, упражнения на ощущение.

### **Раздел 3. Акробатика**

*Теория:* инструктаж по технике правильности выполнения элементов

*Практика:*

- упражнения на пресс, на ноги, на руки;
- упражнения на гибкость и растяжку;
- элементы: берёзка, мостик с колен, мостик стоя, колесо вправо/влево, переворот назад/вперёд, кувырок вперед из стойки на руках;
- прыжки: с поворотом, разножка, в кольцо, «ножницы»;
- повороты: тур на одной ноге в положениях «flex», «карандаш», *pas de deux*, *rond de jambe* по полу.

### **Раздел 4. Основы классической хореографии**

*Теория:* терминология классической хореографии.

*Практика:* Экзерсис у станка (лицом к станку, боком к станку):

- *plie*, *demi-plie*, *grand-plie* по I, II, III и VI позициях;
- *battements tendu* (вперёд, в сторону, назад);
- *battements jete* (вперёд, в сторону, назад);
- *rond de jambe par terre*;
- *releve* по I, II, III и VI позициях;
- трамплинные прыжки.

### **Раздел 5. Смешанная хореография**

*Практика:*

- элементы *vogue*: *line*, *half line*, *box*, *tutting*, *wave*, «бабочка», петли;

- элементы locking: down lock, pace, point, twirl, clap, scoobot, scooby doo, scooby hot, stop n go, funky guitar.

## **Раздел 6. Смешанная хореография**

*Практика:* объединение элементов стилей modern, modern-jazz, contemporary, hip-hop, house, vogue, locking в комбинации.

- движения hip-hop хореография: z-step, the charleston, town wop, erk and jerk, jennet jackson;
- движения house dance: pivot groove, stomping, pivot move, floating, side walk, t-step, coil twist;

## **Раздел 7. Репетиционно-постановочная деятельность**

*Практика:* отработка изученного материала, постановка танцевальных номеров, подготовка к концертам, репетиции на сцене, примерка костюмов.

## **Раздел 8. Воспитательные мероприятия**

*Теория:* правила поведения в зрительном зале и на сцене; правила поведения в чрезвычайных ситуациях; правила поведения при пожаре; правила поведения при поездках в автобусах и поездах.

*Практика:* участие в мероприятиях

- Посещение спектаклей и мастер-классов «Новогодняя кампания»;
- Праздничный концерт, посвященный Дню матери;
- Мероприятия ко Дню рождение ЦДЮ;
- Выступление, приуроченное ко Дню города;
- Выступление, приуроченное ко Дню защиты детей;
- Выступление, приуроченное ко дню России.

## **Раздел 9. Аттестация обучающихся**

*Теория:* психолого-педагогическая диагностика (тесты, анкетирование); анализ результатов участия учащихся в концертах, конкурсах и фестивалях.

*Практика:* открытое занятие для родителей, отчётный концерт.

## **Четвёртый год обучения**

### **Раздел 1. Введение в программу. Техника безопасности**

*Теория:* знакомство учащихся с учебным классом, оборудованием, правилами поведения и техникой безопасности в учреждениях; цели и задачи обучения, план работы.

*Практика:* инструктаж по ТБ, учебная эвакуация.

### **Раздел 2. Музыка в танце**

*Теория:* Музыка и эмоции. Термины: высота звука, мелодия, гармония.

### **Раздел 3. Акробатика**

*Теория:* инструктаж по технике правильности выполнения элементов

*Практика:*

- упражнения на пресс, на ноги, на руки;
- упражнения на гибкость и растяжку;
- элементы: берёзка, мостик с колен, мостик стоя, колесо вправо/влево, переворот назад/вперёд, кувырок вперед из стойки на руках, рондат;
- прыжки: с поворотом, разножка, в кольцо, «ножницы», в шпагат.
- повороты: тур на одной ноге в положениях «flex», «карандаш», passe, rond по полу.

### **Раздел 4. Основы классической хореографии**

*Теория:* терминология классической хореографии.

*Практика:* Экзерсис у станка (лицом к станку, боком к станку):

- plie, demi-plie, grand-plie по I, II, III и VI позициях;
- battements tendu (вперёд, в сторону, назад);

- battements jete (вперёд, в сторону, назад);
- rond de jambe par terre;
- demi-rond de jambe par terre en dehors;
- demi-rond de jambe par terre en dedans;
- sur le cou-de-pied;
- releve по I, II, III и VI позициях;
- трамплинные прыжки.

## Раздел 5. Импровизация

*Теория:* просмотр фрагментов фильмов «Флай: Танец свободы» (2021), «Лапочка» (2003).

*Практика:* творческое задание «Сам себе хореограф».

## Раздел 6. Репетиционно-постановочная деятельность

*Практика:* отработка изученного материала, постановка танцевальных номеров, подготовка к концертам, репетиции на сцене, примерка костюмов.

## Раздел 7. Воспитательные мероприятия

*Теория:* правила поведения в зрительном зале и на сцене; правила поведения в чрезвычайных ситуациях; правила поведения при пожаре; правила поведения при поездках в автобусах и поездах.

*Практика:* участие в мероприятиях

- Посещение спектаклей и мастер-классов «Новогодняя кампания»;
- Праздничный концерт, посвященный Дню матери;
- Мероприятия ко Дню рождения ЦДЮ;
- Выступление, приуроченное ко Дню города;
- Выступление, приуроченное ко Дню защиты детей;
- Выступление, приуроченное ко дню России.

## Раздел 8. Аттестация обучающихся

*Теория:* психолого-педагогическая диагностика (тесты, анкетирование); анализ результатов участия учащихся в концертах, конкурсах и фестивалях.

*Практика:* открытое занятие для родителей, отчётный концерт.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Дата начала	Дата окончания	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Место проведения занятий	Режим занятий
02.09.2024	31.05.2025	36	144ч	ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», каб. 116, сцена	2 раза в неделю по 2 учебных часа
			216ч		3 раза в неделю по 2 учебных часа
					2 раза в неделю по 3 учебных часа

Примерный календарный учебный график на 2024-2025 учебный год для групп 1-го, 2-го, 3-го и 4-го года обучения смотри ниже в разделе «Приложения» (приложение 1, 2, 3, 4).

## 2.2. Методическое обеспечение программы

Для достижения цели и задач образовательной программы предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуальная и групповая работы, творческие занятия импровизации, открытые занятия, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях.

### **Структура занятия**

I. Организационный этап. Вход в класс. Проверка присутствующих. Приветствие детей.

II. Основной этап.

1. Разогрев: разминка и растяжка.

2. Основная часть занятия. Зависит от направленности урока. Содержание основной части, по усмотрению педагога, может меняться.

III. Заключительный этап. Подводятся итоги занятия, рефлексия. Выход из класса.

### **Воспитывающий компонент программы**

Воспитание является неотъемлемым, приоритетным аспектом образовательной деятельности, логично встроенной в содержание учебного процесса. Содержание воспитания находится в зависимости от уровня программы, тематики занятий, этапа обучения и учебного занятия.

На вводном занятии очень важно познакомить обучающихся с Центром, с педагогом и друг с другом. Также важно договориться о правилах поведения в учреждении и учебном кабинете.

В процессе работы педагог особое внимание обращает на структуру занятия. Любой вид искусства требует структуры. Чтобы полностью раскрыть потенциал ребёнка, педагогу необходимо показать ограничения и возможности каждого учащегося. Структура и этапность занятия позволяет добиться чёткости и порядка в развитии танцевальных навыков.

Особое место во внеучебной деятельности обучающихся, занимают досуговые мероприятия. В основном это совместный отдых, который проходит в разных формах: огоньки, экскурсии, выходы в театр и на концерты, участие в мероприятиях отдела и учреждения. В этом большое участие принимают родители.

Работе с родителями уделяется большое внимание. В начале, середине и в конце учебного года проводятся родительские собрания, по мере необходимости проводятся индивидуальные консультации. Родители привлекаются к подготовке и проведению развлекательных мероприятий, в поездках, конкурсах и экскурсиях.

## 2.3. Оценочный материал

Оценка результативности освоения программы обучающимися основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же обучающегося (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Основными методами диагностики по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- открытые занятия;
- концертные выступления.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится диагностика исходного уровня владения навыками.

Итоговая диагностика при сопоставлении с исходными и промежуточными данными позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня. Уровни владения навыками приводятся в соответствие с баллами:

1 – низкий уровень

2 – средний уровень

Планируемый результат	Критерий	Показатель	Форма контроля
Владение теоретическими знаниями	Уровень владения теоретическими знаниями	высокий (легко ориентируется и оперирует терминами) средний (терминологию знает, но всегда ориентируется в ней) низкий (плохо знает термины)	Опрос, наблюдение
Сформированность практических умений и навыков	Уровень владения практическими умениями и навыками	высокий (отлично владеет и легко умеет применять на практике полученные знания) средний (легко выполняет основные элементы, но затрудняется в исполнении комбинаций) низкий (много не получается, требуются дополнительные усилия)	Наблюдение, концертные выступления, открытые занятия
Развитие исполнительского мастерства	Уровень исполнительского мастерства	высокий (артистично выполняет танцевальные композиции, хорошо понимает характер произведения) средний (не всегда артистично выступает на сцене) низкий (стесняется зрителя, забывает драматургию номера)	Концертные выступления, открытые занятия
Работа в коллективе	Уровень умения работать в коллективе	высокий (отлично ладит со всеми участниками коллектива, всегда готов помочь) средний (есть трудности в общении с некоторыми участниками в коллективе) низкий (ведёт обособленную жизнь в коллективе)	Наблюдение, анкетирование

Результаты заносятся в итоговую таблицу и суммируются, определяется окончательный уровень освоения программы обучающимся.

№	ФИО учащегося	Владение теоретическими знаниями	Сформированность практических умений и навыков	Развитие исполнительского мастерства	Работа в коллективе	Итого	Уровень освоения программы
1.							

до 5 баллов – низкий уровень освоения программы

6-10 баллов – средний уровень освоения программы

больше 10 баллов – высокий уровень освоения программы

В конце учебного года подводится итог учебно-воспитательной работы за год, проводится анализ творческих достижений детей.

Таблица учёта достижений учащихся				
ФИО учащегося -				
№	Название мероприятия	Уровень мероприятия	Дата и место проведения	Результат
1.				

В работе используются диагностики по психологии подростка (приложение 5):

- Методика диагностики психологического климата в коллективе, А.Н. Лутошкин;
- Методика определения уровня беспокойства-тревоги, Ж. Тейлор;
- Тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин);

- Методика диагностики личности «Мотивация к успеху» Т. Элерса;
- Тест «Дерево с человечками» (автор Д. Лампен в адаптации Л.П. Пономаренко).

## **2.4. Материально-техническое обеспечение программы**

- хореографический класс, соответствующий гигиеническим требованиям;
- костюмерный склад;
- костюмы;
- шкафы и стеллажи для дидактических пособий и учебных материалов;
- зеркала, коврики;
- аудиосистема, компьютер, удлинитель.

Танцевальная форма.

Для девочек: танцевальные лосины чёрного цвета, темные спортивные штаны, футболка белого или черного цвета, белые носочки, балетки, кроссовки.

Для мальчиков: белая футболка, темные спортивные штаны, белые носочки, балетки, кроссовки.

## **2.5. Кадровое обеспечение программы**

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы и постоянно повышающий уровень профессионального мастерства.

Для обеспечения образовательного процесса необходимо привлечение следующих специалистов: педагог-организатор.

## **3. Список информационных источников**

### **Нормативно-правовая база**

1. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
2. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
4. Указ Президента Российской Федерации от 22.11.2023 № 875 «О проведении в Российской Федерации года семьи».
5. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
6. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
13. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 30.07.2020 № 845/369 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность».
14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
15. Приказ департамента образования Ярославской области от 27.12.2019 г. № 47-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области».
16. Положение об организации и осуществлении образовательного процесса в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/593 от 10.11.2023.
17. Положение о дополнительной общеобразовательной программе и порядке её утверждения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/117 от 01.03.2023.

#### **Литература для педагога**

1. Кирнарская Д.К. Психология специальных способностей. Музыкальные способности — М.: Таланты-XXI век, 2004. 496 стр.
2. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 80 с. (Серия «Без проблем»)
3. Т. Барышникова. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 256 с., ил.
4. Педагогическая психология: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 031000 «Педагогика и психология», 033400 «Педагогика» / [Клюева Н.В. и др.] / под ред. Н.В. Клюевой. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. – 399 с. – (Учебник для вузов).
5. С.С. Поляков. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 80 с.
6. Н. Карпов. «Уроки сценического движения».
7. Бирн Д. Как работает музыка. – «Альпина Диджитал», 2017.
8. Т.А. Зебряк. Основы музыкальной грамоты и сольфеджио. – Москва, «КИФАРА», 2003.
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Издательство «Гном-Пресс», 1997 г. – 64 с. Серия «Музыка для дошкольников»
10. Чистякова М. И. Психогимнастика / Под ред. М. И. Буянова. - 2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с: ил.
11. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. М.: Тетралис, 2004. 112 с.

12. Богданов Г. Ф. Русский народно-сценический танец: методика и практика создания: учебное пособие для СПО / Г. Ф. Богданов. — Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2021. — 480 с.: ил. — Текст: непосредственный.
13. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1975

#### Интернет-ресурсы

1. Школа танцев «BANRI Jackin» - <https://www.youtube.com/@housedance-tutorial/community>
2. «Танцевально-спортивный клуб АЯКС» // Сайт. - URL: <https://danceclubajax.ru/Hip-hopelements>
3. «Dance.ru», федеральный портал // Сайт. - URL: [https://www.dance.ru/dance\\_styles/](https://www.dance.ru/dance_styles/)
4. Хореографический ресурс choreoresour.ru // Сайт. - URL: <https://choreoresour.ru/index.php>
5. World best oldskool dancehall steps compilation by Ditrixstev Kenya // Сайт. - URL: <https://www.youtube.com/watch?v=KtGzRez4OC8>
6. 2019 newskool dancehall steps compillation-ditrixstev dance Kenya // Сайт. - URL: <https://www.youtube.com/watch?v=wGsOgKQygeM>

## Приложение 1

### Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год год обучения - 1, группа \_\_\_\_\_

№	Дата	Наименование разделов	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1.		Введение в программу. Техника безопасности	2	наблюдение
2.		Музыка в танце	2	наблюдение
3.		Современная хореография	2	наблюдение
4.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
5.		Современная хореография	2	наблюдение
6.		Современная хореография	2	наблюдение
7.		Акробатика	2	наблюдение
8.		Современная хореография	2	наблюдение
9.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
10.		Современная хореография	2	наблюдение
11.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
12.		Современная хореография	2	наблюдение
13.		Современная хореография	2	наблюдение
14.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
15.		Акробатика	2	наблюдение
16.		Современная хореография	2	наблюдение
17.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
18.		Современная хореография	2	наблюдение
19.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
20.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
21.		Современная хореография	2	наблюдение
22.		Современная хореография	2	наблюдение
23.		Акробатика	2	наблюдение
24.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
25.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
26.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
27.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
28.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
29.		Современная хореография	2	наблюдение
30.		Современная хореография	2	наблюдение
31.		Акробатика	2	наблюдение
32.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
33.		Основы классической хореографии	2	наблюдение



34.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
35.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
36.		Современная хореография	2	наблюдение
37.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
38.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
39.		Акробатика	2	наблюдение
40.		Музыка в танце	2	наблюдение
41.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
42.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
43.		Аттестация обучающихся	2	наблюдение
44.		Современная хореография	2	наблюдение
45.		Акробатика	2	наблюдение
46.		Современная хореография	2	наблюдение
47.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
48.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
49.		Акробатика	2	наблюдение
50.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
51.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
52.		Современная хореография	2	наблюдение
53.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
54.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
55.		Современная хореография	2	наблюдение
56.		Современная хореография	2	наблюдение
57.		Акробатика	2	наблюдение
58.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
59.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
60.		Современная хореография	2	наблюдение
61.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
62.		Современная хореография	2	наблюдение
63.		Современная хореография	2	наблюдение
64.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
65.		Акробатика	2	наблюдение
66.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
67.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
68.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
69.		Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
70.		Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
71.		Аттестация обучающихся	2	анкетирование, наблюдение
72.		Воспитательное мероприятие	2	наблюдение
<b>Итого часов:</b>			<b>144</b>	

## Приложение 2

### Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год год обучения - 2, группа \_\_\_\_\_

№	Дата	Наименование разделов	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1.		Введение в программу. Техника безопасности	2	наблюдение
2.		Музыка в танце	2	наблюдение
3.		Аттестация обучающихся	2	анкетирование, наблюдение
4.		Основы классической хореографии	2	наблюдение
5.		Уличная хореография	2	наблюдение
6.		Уличная хореография	2	наблюдение
7.		Акробатика	2	наблюдение

8.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
9.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
10.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
11.	Уличная хореография	2	наблюдение
12.	Уличная хореография	2	наблюдение
13.	Акробатика	2	наблюдение
14.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
15.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
16.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
17.	Уличная хореография	2	наблюдение
18.	Уличная хореография	2	наблюдение
19.	Акробатика	2	наблюдение
20.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
21.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
22.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
23.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
24.	Уличная хореография	2	наблюдение
25.	Акробатика	2	наблюдение
26.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
27.	Уличная хореография	2	наблюдение
28.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
29.	Уличная хореография	2	наблюдение
30.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
31.	Акробатика	2	наблюдение
32.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
33.	Уличная хореография	2	наблюдение
34.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
35.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
36.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
37.	Акробатика	2	наблюдение
38.	Уличная хореография	2	наблюдение
39.	Уличная хореография	2	наблюдение
40.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
41.	Уличная хореография	2	наблюдение
42.	Уличная хореография	2	наблюдение
43.	Акробатика	2	наблюдение
44.	Акробатика	2	наблюдение
45.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
46.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
47.	Уличная хореография	2	наблюдение
48.	Уличная хореография	2	наблюдение
49.	Акробатика	2	наблюдение
50.	Уличная хореография	2	наблюдение
51.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
52.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
53.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
54.	Аттестация обучающихся	2	наблюдение
55.	Акробатика	2	наблюдение
56.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
57.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
58.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
59.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
60.	Уличная хореография	2	наблюдение
61.	Акробатика	2	наблюдение
62.	Уличная хореография	2	наблюдение
63.	Музыка в танце	2	наблюдение
64.	Основы классической хореографии	2	наблюдение

65.	Уличная хореография	2	наблюдение
66.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
67.	Акробатика	2	наблюдение
68.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
69.	Уличная хореография	2	наблюдение
70.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
71.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
72.	Уличная хореография	2	наблюдение
73.	Акробатика	2	наблюдение
74.	Уличная хореография	2	наблюдение
75.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
76.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
77.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
78.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
79.	Акробатика	2	наблюдение
80.	Уличная хореография	2	наблюдение
81.	Уличная хореография	2	наблюдение
82.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
83.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
84.	Уличная хореография	2	наблюдение
85.	Акробатика	2	наблюдение
86.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
87.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
88.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
89.	Уличная хореография	2	наблюдение
90.	Уличная хореография	2	наблюдение
91.	Акробатика	2	наблюдение
92.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
93.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
94.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
95.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
96.	Уличная хореография	2	наблюдение
97.	Акробатика	2	наблюдение
98.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
99.	Уличная хореография	2	наблюдение
100.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
101.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
102.	Уличная хореография	2	наблюдение
103.	Акробатика	2	наблюдение
104.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
105.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
106.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
107.	Аттестация обучающихся	2	анкетирование, наблюдение
108.	Воспитательное мероприятие	2	наблюдение
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	

### Приложение 3

### Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год год обучения - 3, группа \_\_\_\_\_

№	Дата	Наименование разделов	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1.		Введение в программу. Техника безопасности	2	наблюдение
2.		Аттестация обучающихся	2	анкетирование, наблюдение
3.		Основы классической хореографии	2	наблюдение

4.	Музыка в танце	2	наблюдение
5.	Смешанная хореография	2	наблюдение
6.	Акробатика	2	наблюдение
7.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
8.	Смешанная хореография	2	наблюдение
9.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
10.	Смешанная хореография	2	наблюдение
11.	Смешанная хореография	2	наблюдение
12.	Акробатика	2	наблюдение
13.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
14.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
15.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
16.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
17.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
18.	Акробатика	2	наблюдение
19.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
20.	Смешанная хореография	2	наблюдение
21.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
22.	Смешанная хореография	2	наблюдение
23.	Смешанная хореография	2	наблюдение
24.	Акробатика	2	наблюдение
25.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
26.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
27.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
28.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
29.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
30.	Акробатика	2	наблюдение
31.	Смешанная хореография	2	наблюдение
32.	Смешанная хореография	2	наблюдение
33.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
34.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
35.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
36.	Акробатика	2	наблюдение
37.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
38.	Смешанная хореография	2	наблюдение
39.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
40.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
41.	Смешанная хореография	2	наблюдение
42.	Акробатика	2	наблюдение
43.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
44.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
45.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
46.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
47.	Смешанная хореография	2	наблюдение
48.	Акробатика	2	наблюдение
49.	Смешанная хореография	2	наблюдение
50.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
51.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
52.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
53.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
54.	Акробатика	2	наблюдение
55.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
56.	Смешанная хореография	2	наблюдение
57.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
58.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
59.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
60.	Акробатика	2	наблюдение

61.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
62.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
63.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
64.	Смешанная хореография	2	наблюдение
65.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
66.	Акробатика	2	наблюдение
67.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
68.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
69.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
70.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
71.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
72.	Акробатика	2	наблюдение
73.	Смешанная хореография	2	наблюдение
74.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
75.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
76.	Аттестация обучающихся	2	наблюдение
77.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
78.	Акробатика	2	наблюдение
79.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
80.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
81.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
82.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
83.	Смешанная хореография	2	наблюдение
84.	Акробатика	2	наблюдение
85.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
86.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
87.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
88.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
89.	Смешанная хореография	2	наблюдение
90.	Акробатика	2	наблюдение
91.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
92.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
93.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
94.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
95.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
96.	Акробатика	2	наблюдение
97.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
98.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
99.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
100.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
101.	Репетиционно-постановочная деятельность	2	наблюдение
102.	Акробатика	2	наблюдение
103.	Основы классической хореографии	2	наблюдение
104.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
105.	Воспитательные мероприятия	2	наблюдение
106.	Акробатика	2	наблюдение
107.	Аттестация обучающихся	2	анкетирование, наблюдение
108.	Воспитательное мероприятие	2	наблюдение
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	

#### Приложение 4

### Примерный учебный календарный график на 2024-2025 учебный год год обучения - 4, группа \_\_\_\_\_

№	Дата	Наименование разделов	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1.		Введение в программу. Техника безопасности. Музыка в танце	3	наблюдение
2.		Аттестация обучающихся	3	анкетирование, наблюдение
3.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
4.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
5.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
6.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
7.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
8.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
9.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
10.		Импровизация	3	наблюдение
11.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
12.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
13.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
14.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
15.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
16.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
17.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
18.		Импровизация	3	наблюдение
19.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
20.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
21.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
22.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
23.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
24.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
25.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
26.		Импровизация	3	наблюдение
27.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
28.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
29.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
30.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
31.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
32.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
33.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
34.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
35.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
36.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
37.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
38.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
39.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
40.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
41.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
42.		Аттестация обучающихся	3	наблюдение
43.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
44.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
45.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
46.		Импровизация	3	наблюдение
47.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
48.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
49.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
50.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
51.		Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
52.		Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
53.		Воспитательные мероприятия	3	наблюдение

54.	Импровизация	3	наблюдение
55.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
56.	Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
57.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
58.	Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
59.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
60.	Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
61.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
62.	Импровизация	3	наблюдение
63.	Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
64.	Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
65.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
66.	Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
67.	Репетиционно-постановочная деятельность	3	наблюдение
68.	Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
69.	Воспитательные мероприятия	3	наблюдение
70.	Акробатика. Основы классической хореографии	3	наблюдение
71.	Аттестация обучающихся	3	анкетирование, наблюдение
72.	Воспитательное мероприятие	3	наблюдение
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	

## Приложение 5

### Диагностический материал

#### 1. Методика диагностики психологического климата в коллективе А.Н. Лутошкина

Данная методика представляет собой карту-схему, описывающую психологический климат в школе или ином коллективе. Это 13 пар противоположных характеристик психологической атмосферы группы, представленных в виде таблицы: в левом столбце – благоприятные характеристики, в правом – неблагоприятные. Респондентам необходимо самостоятельно оценить коллектив по степени выраженности каждой характеристики с использованием семибалльной шкалы (от +3 до -3) и затем путем получения среднего арифметического по каждому параметру сделать вывод об уровне сформированности группы и благополучии психологического климата в школе. Процедура проведения: методика проводится фронтально (с группой). Для этого нужны только бланки с текстом методики.

Бланк методики.

1	Преобладает бодрый, жизнерадостный настрой		Преобладает подавленное настроение
2	В коллективе имеют место доброжелательные отношения, взаимные симпатии		Для членов коллектива характерны конфликтность в отношениях и взаимная антипатия
3	В отношениях между группировками внутри коллектива имеет место взаимное расположение, понимание		Имеющиеся в коллективе группировки конфликтуют друг с другом
4	Членам коллектива нравится вместе проводить время, участвовать в совместной деятельности		Члены коллектива проявляют безразличие в отношении более тесного общения, выражают отрицательное отношение к совместной деятельности
5	Успехи или неудачи товарищей вызывают сопереживание, искреннее участие у всех членов коллектива		Успехи или неудачи товарищей оставляют членов коллектива равнодушными или вызывают у них зависть, злорадство
6	Все члены коллектива с уважением относятся к мнению друг друга		Каждый в коллективе считает свое мнение главным, проявляет нетерпимость к мнению товарищей
7	Достижения и неудачи коллектива переживаются его членами как собственные		Достижения и неудачи коллектива не находят отклика у его членов

8	В трудное для коллектива время происходит эмоциональное единение «один за всех, и все за одного»	В трудные минуты коллектив «раскисает», между его членами возникают ссоры, имеют место потерянности, взаимные обвинения
9	Члены коллектива испытывают чувство гордости, когда руководители отмечают его успехи	К похвалам и поощрениям коллектива его члены относятся равнодушно
10	Коллектив активен, полон энергии	Коллектив инертен и пассивен
11	Члены коллектива участливо и доброжелательно относятся к тем, кто в него вливается, помогают им освоиться	Новички чувствуют себя в коллективе чужими, другие его члены часто проявляют по отношению к ним враждебность
12	Совместные дела увлекают всех, у членов коллектива велико желание работать вместе	Коллектив невозможно вдохновить на совместное дело, каждый думает о своих интересах
13	В коллективе поддерживается справедливое отношение ко всем его членам, слабым помогают, выступают в их защиту	В коллективе заметно выделяются привилегированные члены, имеет место пренебрежительное отношение к тем, кто слабее

Время проведения – 10–15 мин. Испытуемым раздают бланки и инструктируют следующим образом: «Для того, чтобы оценить свой коллектив (класс), сначала прочтите предложение слева, затем справа и после этого поставьте в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует истине:

+3 – свойство, указанное слева, проявляется всегда;

+2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

+1 – свойство проявляется достаточно часто;

0 – ни это, ни противоположное (указанное справа) свойство не проявляются достаточно ясно, или то и другое проявляются в одинаковой степени;

-1 – достаточно часто проявляется противоположное свойство (указанное справа);

-2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

-3 – свойство проявляется всегда.

Обработка полученных данных осуществляется в два этапа. На первом этапе необходимо сложить все абсолютные величины сначала положительных (+), потом отрицательных (-) оценок, полученных от каждого участника опроса. Затем из большей величины нужно вычесть меньшую. Получается цифра с положительным или отрицательным знаком. Так обрабатываются ответы каждого участника. На втором этапе все цифры, полученные после обработки ответов каждого ученика, необходимо сложить и разделить на количество отвечающих.

Затем полученную цифру нужно сравнить с ключом методики:

– 22 и более – высокая степень благоприятного социально-психологического климата;

– от 8 до 22 – средняя степень благоприятного социально-психологического климата;

– от 0 до 8 – низкая (незначительная) степень благоприятного социальнопсихологического климата;

– от 0 до -8 – начальная степень неблагоприятного социально-психологического климата;

– от -8 до -10 – средняя степень неблагоприятного социально-психологического климата;

– от -10 и ниже – высокая степень неблагоприятного социально-психологического климата.

Такой подсчет можно сделать и по каждому свойству: сложить оценки каждого участника опроса по отдельному свойству и затем полученную цифру разделить на число участников. Таким образом, в рассматриваемой методике подсчитываются индивидуальные баллы и среднее арифметическое по группе. После получения индексов (среднего арифметического) по каждому свойству из этих цифр выстраивают ранжированный ряд по степени убывания их величины.

При желании на основании количественных данных можно построить график, иллюстрирующий пики и провалы, сильные и слабые места группы. Например, пики будут приходиться на набравшие наибольшее количество баллов активность группы (пункт 10), увлеченность совместным делом (пункт 12), бодрое настроение (пункт 1), а провалы – на зависть к чужим успехам (пункт 5) и неуважительное отношение к мнению других (пункт 6). Эта форма особенно удобна для сравнения классов между собой, если возникнет такая задача. Приведенная методика диагностирует уровень сформированности коллектива и позволяет при повторных исследованиях проследить динамику его развития. Несомненным достоинством методики



являются ее простота, возможность быстрого проведения диагностики и применимость в отношении любой группы, а также получение количественных данных, позволяющих отслеживать динамику развития групп и сравнивать их между собой. Недостатком данной методики, как и всех опросников, является незащищенность от так называемой социальной желательности – стремления испытуемых представить себя в лучшем свете и давать такие ответы, которые, по их мнению, отражают ожидания оценивающих.

## **2. Методика определения уровня беспокойства-тревоги (ж. Тейлор)**

Уровень беспокойства-тревоги — это целый комплекс различных особенностей человека, который влияет на его деятельность. Это и нарушения вегетативных функций, и нарушения деятельности, когда человек как бы теряет возможность осуществить свои планы и намерения осмысленно и целенаправленно.

Текст опросника

1. Обычно я работаю с большим напряжением.
2. Ночью я засыпаю с трудом.
3. Для меня неприятны неожиданные изменения в привычной обстановке.
4. Мне нередко снятся кошмарные сны.
5. Мне трудно сосредоточиться на каком-либо задании или работе.
6. У меня чрезвычайно беспокойный и прерывистый сон.
7. Я хотел бы быть таким же счастливым, как, на мой взгляд, счастливы другие.
8. Безусловно, мне не хватает уверенности в себе.
9. Мое здоровье сильно беспокоит меня.
10. По временам я чувствую себя совершенно бесполезным.
11. Я часто плачу, у меня «глаза на мокром месте».
12. Я замечаю, что мои руки начинают дрожать, когда я пытаюсь сделать что-то трудное и опасное.
13. Временами, когда я нахожусь в замешательстве, у меня появляется сильная потливость, и это чрезвычайно беспокоит и смущает меня.
14. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
15. Нередко я думаю о таких вещах, о которых не хотелось бы говорить.
16. Даже в холодные дни я легко потею.
17. У меня бывают периоды такого беспокойства, что я могу усидеть на одном месте.
18. Жизнь для меня почти всегда связана с необычайным напряжением.
19. Я гораздо чувствительнее, чем большинство людей.
20. Я легко прихожу в замешательство.
21. Мое положение среди окружающих сильно беспокоит меня.
22. Мне очень трудно сосредоточиться на чем-либо.
23. Почти все время я испытываю тревогу из-за кого-нибудь или из-за чего-нибудь.
24. Временами я становлюсь таким возбужденным, что мне трудно заснуть.
25. Мне приходилось испытывать страх даже в тех случаях, когда я точно знал, что мне ничего не угрожает.
26. Я склонен принимать все слишком всерьез.
27. Мне кажется порой, что передо мной нагромождение каких-то трудности, которые мне не преодолеть.
28. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
29. Я почти все время чувствую неуверенность в своих силах.
30. Меня тревожат возможные неудачи.
31. Ожидание всегда нервирует меня.
32. Бывали периоды, когда тревога лишала меня сна.
33. Иногда я расстраиваюсь из-за пустяков.
34. Я человек легко возбудимый.
35. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.
36. У меня не хватает духа вынести все предстоящие трудности.
37. Порой мне кажется, что моя нервная система расшатана и я вот-вот выйду из строя.

38. Обычно мои руки и ноги достаточно теплые.
39. У меня обычно ровное и хорошее настроение.
40. Я почти всегда чувствую себя счастливым.
41. Когда нужно что-нибудь ждать, я могу делать это спокойно.
42. У меня редко бывают головные боли после пережитых волнений или неприятностей.
43. У меня не бывает сердцебиения при ожидании чего-либо неприятного или нового.
44. Мои нервы расстроены не больше, чем у других людей.
45. Я уверен в себе.
46. По сравнению с моими друзьями, я считаю себя самым смелым.
47. Я застенчив не более, чем другие.
48. Обычно я спокоен, и вывести меня из себя нелегко.
49. Практически я никогда не краснею.
50. Я могу спокойно спать после любых неприятностей.

#### Обработка результатов

На вопросы 1 - 37 подсчитываются ответы «да», на вопросы 38 — 50 подсчитываются ответы «нет»; ответы «не знаю» подсчитываются как в первой, так и во второй группе вопросов, а результат делится на два. Уровень беспокойства-тревожности определяется суммированием трех полученных результатов: чем выше полученная сумма, тем более выражено у человека состояние беспокойства-тревожности:

- 45-50 баллов – очень высокий уровень тревожности;
- 40-46 баллов – высокий уровень тревожности;
- 25-39 баллов – средний уровень тревожности (с тенденцией к высокому);
- 10-24 баллов – средний уровень тревожности (с тенденцией к низкому);
- 0-9 баллов – низкий уровень тревожности.

### 3. Тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин)

*Цель:* изучение особенностей лидерских качеств у подростков.

*Инструкция:* если ты полностью согласен с приведенным утверждением, то в клеточку с соответствующим номером поставь цифру «4», если скорее согласен, чем не согласен - цифру «3», если трудно сказать - «2», скорее не согласен, чем согласен - «1», полностью не согласен - «0».

#### Карточка для ответов теста «Я лидер»

А		Б		В		Г		Д		Е		Ж		З	
1		2		3		4		5		6		7		8	
9		10		11		12		13		14		15		16	
17		18		19		20		21		22		23		24	
25		26		27		28		29		30		31		32	
33		34		35		36		37		38		39		40	
41		42		43		44		45		46		47		48	

#### Вопросы к тесту «Я лидер»

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях
2. Мои действия направлены на достижение понятной мне цели
3. Я знаю, как преодолевать трудности
4. Люблю искать и пробовать новое
5. Я легко могу убедить в чем-то моих товарищей
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело
7. Мне не трудно добиться того, чтобы все хорошо работали
8. Все знакомые относятся ко мне хорошо
9. Я умею распределять свои силы в учебе и труде
10. Я могу четко ответить на вопрос, чего я хочу от жизни
11. Я хорошо планирую свое время и работу
12. Я легко увлекаюсь новым делом

13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их
15. Ни один человек не является для меня загадкой
16. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать этого окружающим.
18. Для меня важно достижение цели
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи
20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое
21. У меня всегда все получается
22. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей
24. Я умею поднимать настроение в группе моих товарищей
25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
28. Принимая решения, перебираю различные варианты
29. Я умею заставить любого человека делать то, что считаю нужным.
30. Умею правильно подобрать людей для организации какого-то дела
31. В отношениях с людьми я достигаю взаимопонимания
32. Я стремлюсь к тому, чтобы меня понимали
33. Если в работе у меня встречаются трудности, то я не опускаю руки
34. Я никогда не испытываю чувства неуверенности в себе
35. Я стремлюсь решать все проблемы поэтапно, не сразу
36. Я никогда не поступал так, как другие
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу
41. Никто и никогда не испортит мне настроение
42. Я представляю, как завоевать авторитет среди людей
43. Решая проблемы, использую опыт других.
44. Мне неинтересно заниматься однообразным, рутинным делом
45. Мои идеи охотно воспринимают мои товарищи
46. Я умею контролировать работу моих товарищей.
47. Умею находить общий язык
48. Мне легко удается сплотить моих товарищей вокруг какого-либо дела

После заполнения карточки ответов необходимо подсчитать сумму очков в каждом столбце (не учитывая баллы, поставленные за вопросы 8, 15, 22, 27, 29, 34, 36, 41). Эта сумма определяет развитость лидерских качеств:

А - умение определять развитость лидерских качеств;

Б - осознание цели (знаю, что хочу)

В - умение решать проблемы

Г - наличие творческого подхода

Д - влияние на окружающих

Е - знание правил организаторской работы

Ж - организаторские способности

З - умение работать с группой

Если сумма в столбце меньше 10, то качество развито слабо и надо работать над его совершенствованием, если больше 10, то это качество развито средне или сильно. Но прежде, чем сделать заключение о том, лидер ли ребенок, надо обратить внимание на баллы, выставленные при ответах на вопросы 8, 15, 22, 27, 29, 31, 36, 41. Если на каждый из них поставлено более 1 балла, отвечающий был неискренним в самооценке.

#### 4. Методика диагностики личности «Мотивация к успеху» Т. Элерса

### Инструкция

Предлагается ряд вопросов, на каждый из которых следует отвечать «да» или «нет».

### Текст вопросника

1. Если между двумя вариантами есть выбор, его лучше сделать быстрее, чем откладывать на потом.
2. Если замечаю, что не могу на все 100% выполнить задание, я легко раздражаюсь.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я ставлю на карту все.
4. Если возникает проблемная ситуация, чаще всего я принимаю решение одним из последних.
5. Если два дня подряд у меня нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. Я более требователен к себе, чем к другим.
8. Я доброжелательнее других.
9. Если я отказываюсь от сложного задания, впоследствии сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие — это не основная моя черта.
12. Мои достижения в работе не всегда одинаковы.
13. Другая работа привлекает меня больше той, которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее похвалы.
15. Знаю, что коллеги считают меня деловым человеком.
16. Преодоление препятствий способствует тому, что мои решения становятся более категоричными.
17. На моем честолюбии легко сыграть.
18. Если я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. Выполняя работу, я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни немного вещей важнее денег.
23. Если мне предстоит выполнить важное задание, я никогда не думаю ни о чем другом.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.
26. Если я расположен к работе, делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, способными упорно работать.
28. Когда у меня нет работы, мне не по себе.
29. Ответственную работу мне приходится выполнять чаще других.
30. Если мне приходится принимать решение, стараюсь делать это как можно лучше.
31. Иногда друзья считают меня ленивым.
32. Мои успехи в какой-то мере зависят от коллег.
33. Противодествовать воле руководителя бессмысленно.
34. Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.
35. Если у меня что-то не ладится, я становлюсь нетерпеливым.
36. Обычно я обращаю мало внимания на свои достижения.
37. Если я работаю вместе с другими, моя работа более результативна, чем у других.
38. Не довожу до конца многое, за что берусь.
39. Завидую людям, не загруженным работой.
40. Не завидую тем, кто стремится к власти и положению.
41. Если я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты пойду на крайние меры.

### Обработка результатов

По 1 баллу начисляется за ответ «да» на вопросы: 2–5, 7–10, 14–17, 21, 22, 25–30, 32, 37, 41 и «нет» — на следующие: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 и 39. Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 23, 33–35 и 40 не учитываются. Подсчитывается общая сумма баллов.

Выводы. Чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к достижению успеха.

**От 1 до 10 баллов** — низкая мотивация к успеху; **от 11 до 16 баллов** — средний уровень мотивации;

**от 17 до 20 баллов** — умеренно высокий уровень мотивации; **более 21 балла** — слишком высокий уровень мотивации к успеху.

### 5. Тест «Дерево с человечками» (автор Д. Лампен в адаптации Л.П. Пономаренко)

Методика «Дерево с человечками» направлена на выявление социально-психологического уровня адаптации личности в социальной группе.

*Инструкция:* «Посмотрите на рисунок дерева, на котором схематично изображены человечки. У каждого из этих человечков на дереве разное настроение, и они занимают различное положение. Для начала определите, какой из них больше всего похож на вас. После этого выберите человечка, на которого вы бы хотели быть похожи».



#### *Интерпретация результатов теста*

Первый выбранный персонаж – я в настоящем, второй – каким я хочу быть в будущем.

Человечек, которого вы выбрали первым, показал, какое положение в обществе вы занимаете в данный момент. Второй продемонстрировал те качества, которых вам пока не хватает для того, чтобы стать тем, кем вы хотите быть.

Чтобы расшифровать тест, достаточно прочитать описание к выбранному персонажу.

1, 3, 6, 7	Вы – целеустремленный человек, который ничего не боится – ни препятствий, ни преград на пути. Не нарушайте авторских прав.
2, 11, 12, 18, 19	Коммуникабельная личность, нацеленная на помощь друзьям и близким.
4	Устойчивая жизненная позиция помогает достигать высоких результатов в делах, особенно если на пути не возникают серьезные трудности.
5	Характерна быстрая утомляемость, слабость из-за небольшого запаса энергии и жизненных сил.
9	Просто очень веселый по жизни человек, любитель развлечений.
13, 21	Тревожность и замкнутость ведут к минимизации круга общения и снижению коммуникабельности.
8	Любит погружаться в свой мир, уходить в себя, мечтать и размышлять.
10, 15	Нормальная адаптация к текущей жизненной ситуации, полный комфорт и довольство окружающим миром.
14	На лицо внутренний кризис, эмоциональные проблемы и даже начало депрессии.
20	Завышенная самооценка лидера требует максимального внимания окружающих к себе любимому.
16	Вы были всегда готовы прийти на помощь и ободрить друга, но устали от этого, как и человек под номером 16. Если же вам кажется, что 17-й обнимает 16-го, то выбранный вами человечек

	приобретает иной смысл. Это значит, что вы окружены заботой. Не удивляйтесь, каждый видит этот мир по-своему.
17	Любит быть в центре внимания, но не способен самостоятельно справиться со своими проблемами. Зато он уверен в том, что его всегда поддержат.