

**Отдел образования администрации города Медногорска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»**

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № ____
От « ____ » ____ 2023 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №2
г.Медногорска»
_____ И.В Корчажникова
_____ 2023 г.
Приказ №253 _____
от «31» августа 2023 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореография»

Адресат: 12-13 лет

Срок реализации: один год

Автор – составитель:
Кияева Инна Викторовна,
педагог дополнительного образования

Медногорск, 2023

Содержание

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.1	Направленность программы	3
1.1.2	Уровень освоения программы	3
1.1.3	Актуальность программы	3
1.1.4	Отличительные особенности программы от существующих	4
1.1.5	Адресат программы	4
1.1.6	Объем и сроки освоения программы	4
1.1.7	Формы организации образовательного процесса	4
1.1.8	Режим занятий	4
1.2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	4
1.3.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	5
1.3.1.	Учебный план программы	5
1.3.2.	Учебный план	6
1.3.3.	Содержание учебного плана первого года обучения	6
1.4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	12
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	17
2.1	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	17
2.1.1	Календарный учебный график	17
2.2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	23
2.3.1	Кадровое обеспечение	23
2.3.2	Материально-техническое обеспечение	23
2.4.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	23
2.5.	ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	24
2.6.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	24

	ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ	35
	ПРИЛОЖЕНИЯ	36
	<i>Приложение 1. Характеристика возрастных особенностей обучающихся</i>	36

«КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа способствует совершенствованию индивидуального творческого воображения обучающихся, развитию наблюдения, умения видеть, слышать и эмоционально переживать, выражая себя и свое художественно-образное видение .. Содержание программы предполагает освоение обучающимися хореографии и создание сценического образа. Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:– Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989);

– Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);

– Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов (утв. Президентом РФ 03.04.2012 № Пр-827)

– Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» (Постановление Правительства РФ от 30.12.2015 № 1493);

– Закон Оренбургской области от 06.09.2013 № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области»;

- Государственная программа «Развитие системы образования Оренбургской области» (Постановление правительства Оренбургской области от 29.12.2018 № 921-п.п.).

1. Статья 16. «Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» ФЗ от 29 декабря 2012 г.	
№ 273-ФЗ «Об образовании в РФ».....	5
Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»	7
Приказ Минпросвещения России «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 09.11.2018 г. № 196).....	12
Приказ Министерства просвещения РФ от 17 марта 2020 г. № 103 «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».....	21
Приказ Министерства просвещения РФ от 17 марта 2020 г. № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации».....	27
Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий...	
Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».....	37

Министерство просвещения РФ, Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт возрастной физиологии Российской академии образования» (ФГБНУ «ИВФ РАО»). Методические рекомендации по рациональной организации занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1. 1.2. Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

1.1 3. Актуальность программы

Актуальность программы определяется необходимостью успешной социализации обучающихся в современном обществе, их жизненным самоопределением, продуктивным освоением социальных ролей и творческой реализацией. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» отвечает современным задачам эстетического воспитания и предполагает развитие индивидуальности в диалоге с культурой. Занимаясь пластикой, обучающиеся познают красоту и силу своего тела, развиваются физически и эмоционально, овладевают профессиональными навыками более глубоко начинают понимать искусство хореографии и музыки. Занятия с элементами танцев, развивают у обучающихся уверенность в себе, умение концентрировать внимание, держаться на публике. Освоение техники сценического движения позволяет обучающимся иметь красивую, правильную осанку. Благодаря работе совершенствуется мимика, развивается чувство формы, цвета, а также фантазия и воображение.

Новизна программы проявляется в содержании. В дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «Хореография» переработаны и интегрированы сведения о различных видах искусств. Системообразующим звеном программы является пластика и , но свое место нашли также азбука музыкального , актерское мастерство, композиция постановки танца. Программа оказывает комплексное воздействие на личность обучающихся, способствует развитию их творческих способностей, совершенствованию их физических данных, формированию художественного вкуса, воспитанию чувства ответственности, предоставление обучающимся возможности укрепления их статуса в коллективе.

1.14. Отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» построена по концентрическому принципу на основе усложнения практического материала . Развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной творческой деятельности также является отличительной чертой данной программы. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, что повышает и самооценку обучающихся, и их оценку в глазах окружающих. Мною были проанализированы программы: «Классика-модерн» (О.В. Труль); «Гармоничная пластика» (Т.С. Преображенская-Николаенко).

1.1.5. Адресат программы

Программа адресована обучающимся 12-15 лет.

1.1.6. Объем и сроки освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» рассчитана на 1 года обучения, занятия проводятся 1 раза в неделю по 45 мин

1.1.7. Формы организации образовательного процесса

Формы обучения: очная, смешанная, дистанционная.

Смешанная форма обучения допускается при организации образовательного процесса с использованием дистанционных образовательных технологий на основании приказа руководителя ОУ.

Дистанционная форма обучения допускается при наличии рекомендаций, предписаний контролирующих органов, либо Губернатора Оренбургской области, либо ведомственных органов управления с применением дистанционных образовательных технологий на основании приказа руководителя ОУ.

При реализации программы(частично) применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии

Основными формами образовательного процесса являются: беседа, экскурсия; практические занятия; упражнения; интегрированные занятия; проблемные, поисковые занятия; обсуждение работ, выступлений обучающихся. В ходе практических занятий по микрогруппам отслеживается уровень результативности обучающихся. С учетом результатов диагностики, обучающиеся на первом, на втором годах обучения делятся на микрогруппы по двум уровням (1 – низкий и средний уровень, 2 – высокий уровень), что позволяет комфортно осваивать программу, каждому, в своем темпе и объеме. Помимо этого есть еще другие преимущества занятий в микрогруппах – вариативный подход к программе занятий, с учетом физических особенностей обучающихся позволяет правильно распределять интенсивность их работы; – диагностировать физическую форму; – сбалансировано давать нагрузку и обезопасить от травм не только физических, но и психических.

индивидуальные и групповые online-занятия;

-образовательные online – платформы; цифровые образовательные ресурсы;

видеоконференции ; социальные сети; мессенджеры; электронная почта

-комбинированное использование online и offline режимов;

-видеолекция;

-online- конференция и др

1.1.8. Режим занятий

При очном обучении занятия учебных групп проводятся: 1 раза в неделю по 45 мин

Дистанционное обучение:

30 минут – для обучающихся среднего и старшего школьного возраста

1.2 ЦЕЛЬ: развитие творческого потенциала личности, приводящего к её

самореализации в созидательной деятельности, посредством приобщения к искусству.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

Воспитывающие:

- воспитывать чувство прекрасного через познание естественных движений тела;
- способствовать формированию эмоционально-волевой среды, укреплению системы нравственных ценностей;
- формировать ответственность, умение работать в коллективе;
- воспитывать у обучающихся умение слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- содействовать социальной адаптации обучающихся;
- способствовать воспитанию объективной самооценки;
- воспитывать потребность в творческом самовыражении
- воспитывать ответственность и дисциплинированность.

Развивающие:

- способствовать развитию музыкально-ритмической координации, мышечного чувство, осанки, стопы; музыкально-двигательной памяти;
- способствовать развитию воображения через музыку и движение;
- способствовать развитию слуховой, зрительной и двигательной памяти обучающихся;
- совершенствовать физическое развитие обучающихся;
- совершенствовать технику пластики тела;
- развивать познавательную активность и способность к самовыражению;
- развивать умение контактировать со сверстниками в совместной творческой деятельности; – способствовать развитию пространственного мышления.

Обучающие:

- сформировать объем знаний, умений и навыков, необходимых для работы над пластическим воплощением образа, демонстрации коллекций одежды;
 - способствовать формированию навыков музыкального движения;
 - научить решать постановочные и художественные задачи средствами сценической и пластической выразительности;
 - познакомить с историей и основными направлениями музыкального и хореографического искусства культурой и традициями;
 - изучить с обучающими специальную терминологию;
 - формировать у обучающихся специальные практические умения и навыки исполнения движений;
 - обучить основным принципам композиции постановки танца;
 - научить самостоятельному совершенствованию и применению полученных знаний и умений в практической деятельности
- формирование элементов ИТ-компетенций

1.3.1 Учебный план программы

- 1.3.2 Учебный план

№	Наименование тем	теория	пра	все	Формы контроля/
---	------------------	--------	-----	-----	-----------------

1	Вводное занятие	0		0,5	Беседа
2	Мастерство актера	2 ч	,5ч	,7ч	взаимопроверка
3	Техника простых танцевальных навыков	2ч	3ч	5ч	Наблюдение
4	Техника сложных танцевальных навыков	0	2ч	2	Наблюдение
5	Упражнение на гибкость		2ч	2ч	Наблюдение
6	Индивидуальная работа		2ч	2ч	Наблюдение самоконтроль
7	Постановочная работа	-	19ч	19ч	Взаимопроверка наблюдение

- ИТОГО: 34ч

1.3.3 Содержание учебного плана 1 года обучения

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Значение единства танца и музыки Теория (2 часа). Особенность предмета. Введение в предмет. Техника безопасности. Гигиена Специфика сцена движения. Техника безопасности в хореографическом зале, по дороге в объединение. Личная гигиена. Требования к одежде на занятиях

Техника простых танцевальных движения

Изучение правильности осанки. Пять признаков хорошей осанки. Упражнения для формирования правильности осанки. Походка. Ходьба по лестнице вверх. Техника правильной походки. Положение тела в позах сидя. Жесты. Целесообразность жестов. Выразительность рук. Свобода движений. Точность действия рук на сцене. Зажимы. Выражение жизни героя при помощи тела. Общеразвивающие упражнения. Выразительность образа.

Техника сложных танцевальных движений

Целенаправленность физического действия. Освобождение мышц. Непрерывность и прерывность движения. Характер движения. Рече-двигательная и вокально-двигательная координация. Стилевое поведение. Скульптурность в сценическом действии. Упражнения в развитии сложных двигательных навыков.

УПРАЖНЕНИЯ НА ГИБКОСТЬ

1. «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления.

2. «Веселые лошадки» - беге подъемом коленей.

3. Партерный экзерсис - соединение элементов

4. «Со скалкой мы - подруги»

5. «Снежинки» - импровизация

6. «Голуби» - этюд на построение и перестроение.

7. «Синеглазка» - соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук.

8. «Лыжники» - импровизация

9. «Весеннее настроение.

в красивой

ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА:

- создание сюжета или содержания номера
- составление композиционного рисунка, подбор хореографического текста

РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА:

- изучение основного шага
- отработка этюдов
- работа над композицией

ПРОСЛУШИВАНИЕ

МУЗЫКАЛЬНОГО

МАТЕРИАЛА:

- подбор музыкального материала

КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

- участие в концертах, конкурсах, фестивалях

1.4 Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В результате изучения курса обучающимися должны быть достигнуты определенные результаты. Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование умения использовать знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжений средствами хореографии;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах хореографии;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на уроках и во внеурочной и внешкольной деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- формирование понимания красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья.

Предметные результаты изучения хореографии отражают опыт учащихся в танцевальной деятельности, а именно:

- формирование знаний о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, ит.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости);
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения конкурсных мероприятий;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств хореографии;
- изложение фактов истории развития хореографии, характеристика видов хореографии, влияние танцевальных занятий на организм человека;
- развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и подготовка к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях;
- подготовка собственных комплексов и показательных выступлений на базе изученных элементов композиции и функционального тренинга;
- осуществление объективной оценки выступлений своих сверстников;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;
- умение находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений разными обучающимися;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений разными способами, в различных условиях.

К концу обучения лети должны

ЗНАТЬ:

- основы актерского мастерства
- основные шаги.

УМЕТЬ:

- двигаться в ритме современных мелодий;
- передавать характер и манеру движений различных персонажей;
- быстро перестраиваться в одну, две, три линии, круг, диагональ, полукруг.

Ходить по одному, в парах, в группах

- красиво ходить, перемешаться, разворачиваться по сцене.

- проводить эстрадную разминку

II . «Комплекс организационно- педагогических условий»

2.1 Календарный учебный график

2.1.1 Календарный учебный график

1 год обучения

№	Дата проведения	Место проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Формы аттестации
1		Актовый зал	Вводное занятие	1ч	Беседа	Наблюдение Диагностика

2			Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
3		Актовый зал	Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Взаимопроверка
4			Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Игра-зачет	Взаимопроверка Самоконтроль
5		Актовый зал	Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Самоконтроль Наблюдение
6			Актерский тренинг Сцена движения	1ч	Групповое online-занятие	Самоконтроль
7		Актовый зал	Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Игра-зачет	Наблюдение
8			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
9		Актовый зал	Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Взаимопроверка Самоконтроль
10			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
11		Актовый зал	Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Игра-зачет	Самоконтроль Наблюдение

1 2			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
1 3		Актовый зал	Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Наблюдение
1 4			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
1 5		Актовый зал	Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Наблюдение
1 6			Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Репетиционная работа	Видеоотчет/ аудиозапись
1 7		Актовый зал	Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Самоконтроль
1 8			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
1 9		Актовый зал	Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Наблюдение Опрос
2 0			Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись

2 1		Актовый зал	Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Взаимопроверка Самоконтроль
2 2			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Самоконтроль
2 3		Актовый зал	Индивидуальная работа Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Наблюдение Опрос
2 4			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Репетиционная работа	Видеоотчет/ аудиозапись
2 5		Актовый зал	Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Игра-зачет	Самоконтроль Наблюдение
2 6			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
2 7		Актовый зал	Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Наблюдение Опрос
2 8			Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Практическое занятие	Самоконтроль
2 9		Актовый зал	Актерский тренинг Сцена движения	1ч	Практическое занятие	Наблюдение
3 0			Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Групповое online-занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
3		Актовый зал	Упражнение на	1ч	Репетиция	Наблюдение

1		й зал	гибкость Этюды Постановочная работа		ионная работа	
3 2			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Группо вое online- занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
3 3		Актовый зал		1ч	Игра- зачет	Наблюдение
3 4			Упражнение на гибкость Постановочная работа	1ч	Группо вое online- занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
3 5		Актовый зал	Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Репетиц ионная работа	Взаимопровер ка Самоконтроль
3 6			Упражнение на гибкость Этюды Постановочная работа	1ч	Группо вое online- занятие	Видеоотчет/ аудиозапись
			ИТОГО 34 ч			
			Промежуточная и итоговая аттестация			
			Каникулярный период			
			Творческая самостоятельная работа детей			

2.3 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Результат реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Хореография» во многом зависит от подготовки помещения, материально-технического оснащения и учебного оборудования. Для эффективности образовательного процесса необходимы: – помещение для занятий, соответствующее санитарно–гигиеническим требованиям; – балетная перекладина; – зеркала; – комнаты для переодевания; – видео, аудиоаппаратура; DVD, CD – дисков.

Для реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходимо наличие компьютера с

выходом в Интернет;

Соответствующего программного обеспечения

2.3.1 Кадровое обеспечение Программа реализуется педагогом дополнительного образования.

2..4. Формы аттестации/контроля

При реализации программы используется несколько видов контроля: – входной – проверка музыкального слуха, ритма, зрительной памяти по трём показателям (низкий, средний, высокий уровни). Собеседование в начале года для определения уровня развития обучающихся; – текущий – во время занятий используются тесты, практические задания. – итоговый – в конце учебного года определение индивидуального уровня обучающегося (контрольное занятие). Система отслеживания и оценивания результатов обучения проходит через участие обучающихся в конкурсах, фестивалях, в массовых мероприятиях, в работе над коллекционными моделями для театра моды. Концертная деятельность является важным итоговым этапом занятий. Концерты проводятся тематические – по итогам изучения различных техник исполнения; итоговые – в конце года концерт обучающихся с участием родителей, гостей. Основными формами подведения итогов по программе является участие обучающихся в конкурсах, смотрах, фестивалях городского, регионального, российского уровня.

2.5. Оценочные материалы

Опросник Стефансона Данная методика используется для изучения представлений о себе. Разработана В. Стефансоном.

Определение психологического климата группы (Л.Н. Лутошкин)

Мониторинг уровня обученности и личностного развития обучающихся (по А.В. Хуторскому).

Мониторинг воспитанности обучающихся в творческом коллективе

2.6. Методические материалы

Методы применяемые для реализации программы в работе с учащимися

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;

- инструктирование;
- корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- индивидуальная;
- по подгруппам;
- групповая;
- фронтальная.

Методы контроля и самоанализа

Методы контроля и самоанализа позволяют оценивать, анализировать и контролировать как собственную деятельность, так и своих товарищей. Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания
- контрольные вопросы
- самооценка
- участие в выступлениях и конкурсах
- урок самооценок (взаимооценок)

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия по следующим формам:

- участие в открытых занятиях
- вопросник по программе
- контрольное упражнение
- концерт
- беседа
- соревнование
- участие в мероприятиях
- участие в родительских собраниях
- участие в конкурсах и фестивалях.

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия.

На занятии используются упражнения, выполняя которые обучающиеся индивидуально работают над выразительностью своих движений; и упражнения, игры, танцы, исполняемые всей группой – они заставляют ярко переживать общие для всех чувства, сплачивают в коллектив. На каждом занятии обучающимся дается возможность самостоятельно отвечать движениями на музыку, передавать ее характер, содержание согласно своему пониманию; для этого в занятие включаются упражнения, в которых есть моменты импровизации. Тогда дается или краткое изложение содержания, или небольшая беседа, направляющая воображение обучающихся, оживляя их эмоциональную память, но нельзя подсказывать им движений. Такой прием используется, если материал построен на основных движениях, на подражательных движениях или уже освоенных детьми элементах танца. Если нужно, чтобы девушки сразу поняли и почувствовали точную форму упражнения, то используется его показ ; затем выполнение упражнения вместе с обучающимися; далее они сами исполняют его, окрашивая своим пониманием музыки. Также используется прием, когда один или два успешных обучающихся показывают движение всей группе. Это учит видеть и оценивать хорошее исполнение. Чтобы пробудить воображение, возбудить творческую фантазию обучающихся, в задания вносятся занимательные элементы. Например, упражнение, в котором движения, прежде исполнявшиеся по кругу, превращаются в красивое коллективное действие, игру, по-новому раскрывающие эмоциональное содержание музыки. Занятия проходят в зале размером не менее 25 кв.м. Также используется магнитофон или компьютер, на занятиях используется просмотр видеокассет, содержащих необходимый для данной образовательной программы дополнительный материал. Вначале идет материал, построенный на простейших одночастных музыкальных

произведениях. В таких упражнениях простой музыкальный образ передается одним несложным действием (движением). Это действие начинается и заканчивается в соответствии с развертыванием и завершением музыкальной мысли. Постепенное усложнение музыкально-двигательного материала развивает способность воспринимать музыку с более развернутым содержанием и более сложной формой (двумя-тремя частями, членением мелодии на отдельные предложения, фразы и т.п.) как музыкальный рассказ. Нельзя искусственно обособлять элементы музыкальной выразительности (динамика, ритм, регистровая окраска и т.д.), нарушая восприятие целостного музыкального образа. Так, развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения не отделяется и не обособляется от воспитания целостного восприятия музыки. Нельзя уточнять ритмичность движений детей в отрыве от музыки, например громким счетом или непрерывными хлопками, – и то и другое мешает детям слушать и воспринимать музыку, подменяет ощущение музыкального ритма арифметическим счетом, воспитывает привычку механически согласовывать свои движения с музыкой. Другое дело, когда в процессе работы над каким-нибудь музыкально-двигательным образом необходимо привлечь внимание детей к ритму музыки и для уточнения его восприятия предлагается им самим акцентировать ритмический рисунок хлопками. Такой прием вполне правомерен. С первых занятий необходимо развивать восприимчивость к динамической окраске музыки. Воспитывать устойчивую связь между увеличением или уменьшением силы звучания музыки и изменением степени мышечного напряжения (чем громче, сильнее музыка, тем сильнее, энергичнее движения). Разучивание движений без музыки, под счет, тем более разучивание стандартизованных форм движений, оторванных от конкретного музыкально-двигательного образа, в музыкальном движении не допускается. При работе с музыкальным материалом по музыкальному движению недопустимы грубые изменения темпа, купюры, дополнительные аккорды после окончания музыки; музыкальное произведение должно исполняться так, как оно написано композитором. При реализации программы необходимо соблюдать темп подачи материала, объяснять и показывать четко, концентрируя внимание участников. Паузы использовать как разрядку физической нагрузки. Голос умеренно громкий, замечания делать четко и избегать беспрерывного счета. Руководитель обязан видеть всех обучающихся, чутко реагировать на состояние исполнителей: усталость, эмоциональную возбудимость и др. факторы, которые влияют на плохое усвоение материала. В таком случае найти возможность переключить внимание на иной материал и расслабить шуткой, рассказом и т.д. Проявлять максимум терпимости, уважения к личности, помня, что каждое движение исполнителями – обучающимися усваивается по-разному: это зависит от физических данных, координации, памяти, музыкальности и т.д. Каждый успех нужно замечать. Давать оценку

каждому обучающемуся на проведенном занятии. Замеченные усилия повышают работоспособность.

Опросник Стефансона.

Данная методика используется для изучения представлений о себе. Разработана В. Стефансоном и опубликован в 1958 г. Достоинством методики является то, что при работе с ней испытуемый проявляет свою индивидуальность, реальное «я», а не «соответствие – несоответствие» статистическим нормам и результатам других людей. Возможна и повторная сортировка того же набора карточек, но в других отношениях: социальное «я» (каким меня видят другие?)

- идеальное «я» (каким бы я хотел быть?);
- актуальное «я» (какой я в разных ситуациях?);
- значимые другие (каким я вижу своего партнёра?);
- идеальный партнер (каким бы я хотел видеть своего партнёра?).

Методика позволяет определить шесть основных тенденций поведения человека в реальной группе: зависимость, независимость, общительность, необщительность, принятие борьбы и избегание борьбы. Тенденция к зависимости определена как внутреннее стремление индивида к принятию групповых стандартов и ценностей: социальных и морально-этических. Тенденция к общительности свидетельствует о контактности, стремлении образовать эмоциональные связи как в своей группе, так и за ее пределами. Тенденция к борьбе – активное стремление личности участвовать в групповой жизни, добиваться более высокого статуса в системе межличностных взаимоотношений; в противоположность этой тенденции – избегание борьбы – показывает стремление уйти от взаимодействия, сохранить нейтралитет в групповых спорах и конфликтах, склонность к компромиссным решениям. Каждая из этих тенденций имеет внутренние и внешние характеристики, т. е. зависимость, общительность и борьба могут быть истинными, внутренне присущими личности, а могут быть внешними, своеобразной маской, скрывающей истинное лицо человека. Если число положительных ответов в каждой сопряженной паре (зависимость – независимость, общительность – необщительность, принятие борьбы – избегание борьбы) приближается к 20, то мы говорим об истинном преобладании той или иной устойчивой тенденции, присущей индивиду и проявляющейся не только в определенной группе, но и за ее пределами. Процедура исследования. Испытуемому предъявляется карточка утверждений и предлагается ответить «да», если оно соответствует его представлению о себе как члене данной конкретной группы, или «нет», если оно противоречит его представлению, и только в исключительных случаях разрешается ответить: «сомневаюсь», т. е. разложить на три группы ответов. Ответы испытуемого разносятся по соответствующим ключам и подсчитываются тенденции по каждой из сопряженных пар. Так как отрицание одного качества

является признанием полярного качества, число ответов «да» складывается с числом ответов «нет» противоположных тенденций. В результате получается суммарное числовое определение для каждой из перечисленных тенденций. Для сведения результатов в границы от +1 до -1 полученное число делится на 10. Предполагается, что ответ «да» имеет положительно сомневаюсь» по отдельным тенденциям расцениваются нами как признак нерешительности, уклончивости, однако в других случаях это может свидетельствовать об известной избирательности в поведении, о тактической гибкости. Эти качества можно проанализировать в совокупности с другими личностными особенностями. Возможна и нулевая оценка, когда суммы ответов «да» и «нет» совпадают. Именно такое положение может явиться источником внутреннего конфликта личности, находящейся во власти имеющих одинаковую выраженность противоположных тенденций. Определённый интерес представляет использование данной методики в качестве взаимооценки для сравнения представлений о самом себе с мнением каждого о каждом внутри группы.

Текст опросника

1. Критичен к окружающим товарищам.
2. Возникает тревога, когда в группе начинается конфликт.
3. Склонен следовать советам лидера.
4. Не склонен к слишком близким отношениям с товарищами. 49
5. Нравится дружелюбность в группе.
6. Склонен противоречить лидеру.
7. Испытывает симпатии к одному-двум членам группы.
8. Избегает встреч и собраний в группе.
9. Нравится похвала лидера.
10. Независим в суждениях и манере поведения.
11. Готов встать на чью-либо сторону в споре.
12. Склонен руководить товарищами.
13. Радуется общению с одним-двумя друзьями.
14. Внешне спокоен при проявлении враждебности со стороны членов группы.
15. Склонен поддерживать настроение своей группы.
16. Не придает значения личным качествам членов группы.
17. Склонен отвлекать группу от её целей.
18. Испытывает удовлетворение, противопоставляя себя лидеру.
19. Хотел бы сблизиться с некоторыми членами группы.
20. Предпочитает оставаться нейтральным в споре.
21. Нравится, когда лидер активен и хорошо руководит.
22. Предпочитает хладнокровно обсуждать разногласия.
23. Недостаточно сдержан в выражении чувств.
24. Стремится сплотить вокруг себя единомышленников.
25. Недоволен слишком формальными отношениями.
26. Когда обвиняют – теряется и молчит.
27. Предпочитает соглашаться с основными направлениями в группе.

28. Привязан к группе в целом больше, чем к определённым товарищам.
29. Склонен затягивать и обострять спор.
30. Стремится быть в центре внимания.
31. Хотел бы быть членом более узкой группировки.
32. Склонен к компромиссам.
33. Испытывает внутреннее беспокойство, когда лидер поступает вопреки его ожиданиям.
34. Болезненно относится к замечаниям товарищей.
35. Может быть коварным и вкрадчивым.
36. Склонен принять на себя руководство в группе.
37. Откровенен в группе.
38. Возникает нервное беспокойство во время группового разногласия.
39. Предпочитает, чтобы лидер брал на себя ответственность при планировании работ.
40. Не склонен отвечать на проявление дружелюбия.
41. Склонен сердиться на товарищей.
42. Пытается вести других против лидера
43. Легко находит знакомства за пределами группы.
44. Старается избегать быть втянутым в спор.
45. Легко соглашается с предложениями других членов группы.
46. Оказывает сопротивление образованию группировок в группе.
47. Насмешлив и ироничен, когда раздражен. 50
48. Возникает неприязнь к тем, кто пытается выделиться.
49. Предпочитает меньшую, но более интимную группу.
50. Пытается не показывать свои истинные чувства.
51. Становится на сторону лидера при групповых разногласиях.
52. Инициативен в установлении контактов в общении.
53. Избегает критиковать товарищей.
54. Предпочитает обращаться к лидеру чаще, чем к другим.
55. Не нравится, что отношения в группе слишком фамильярны.
56. Любит затевать споры.
57. Стремится удерживать свое высокое положение в группе.
58. Склонен вмешиваться в контакты товарищей и нарушать их.
59. Склонен к перепалкам, задиристый.
60. Склонен выражать недовольство лидером.

КЛЮЧ 1 Зависимость 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54 2. Независимость 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60 3. Общительность 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52 4 Необщительность 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58 5 Принятие борьбы 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59 6. Избегание борьбы 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53 4.3.

Определение психологического климата группы (Л.Н. Лутошкин)

Психологический климат на эмоциональном уровне отражает сложившиеся в коллективе взаимоотношения, характер делового сотрудничества, отношение к значимым явлениям жизни. Складывается же психологический климат за счёт «психологической атмосферы» – группового эмоционального состояния, которая, в

свою очередь создается ситуативными эмоциональными состояниями коллектива. Для общей оценки некоторых основных проявлений психологического климата коллектива можно воспользоваться картой-схемой Л.Н. Лутошкина. Здесь в левой стороне листа описаны те качества коллектива, которые характеризуют благоприятный психологический климат, в правой – качества коллектива с явно неблагоприятным климатом. Степень выраженности тех или иных качеств можно определить с помощью семибальной шкалы, помещённой в центре листа (от +3 до -3). Используя схему, следует прочесть сначала предложение слева, затем справа и после этого знаком «+» отметить в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует истине. Надо иметь в виду, что оценки означают:

+3 – свойство, указанное слева, проявляется в данном коллективе всегда;

+2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

+1 – свойство проявляется достаточно часто;

0 – ни это, ни противоположное (указанное справа) свойства 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; 51

- 3 – свойство проявляется всегда. Чтобы представить общую картину психологического климата коллектива, надо сложить все положительные и отрицательные баллы. Полученный результат может служить условной характеристикой психологического климата большей или меньшей степени благоприятности.

Определение индекса групповой сплоченности Сишора

Групповая сплочённость – чрезвычайно важный параметр, показывающий степень интеграции группы, ее сплочения в единое целое, – можно определить не только путём расчёта соответствующих социометрических индексов. Значительно проще это сделать с помощью методики, состоящей из 5 вопросов с несколькими вариантами ответов на каждый. Ответы кодируются в баллах 53 согласно приведенным в скобках значениям (максимальная сумма – 19 баллов, минимальная – 5). В ходе опроса баллы указывать не нужно.

1. Как Вы оценили бы свою принадлежность к группе?

1. Чувствую себя её членом, частью коллектива (5).
2. Участвую в большинстве видов деятельности (4).
3. Участвую в одних видах деятельности и не участвую в других (3).
4. Не чувствую, что являюсь членом группы (2).
5. Живу и существую отдельно от нее (1).
6. Не знаю, затрудняюсь ответить (1). П

2. Перешли бы Вы в другую группу, если бы предоставилась такая возможность (без изменения прочих условий)?

1. Да, очень хотел бы перейти (1).

2. Скорее, перешёл бы, чем остался (2).
3. Не вижу никакой разницы (3).
4. Скорее всего, остался бы в своей группе (4).
5. Очень хотел бы остаться в своей группе (5).
6. Не знаю, трудно сказать (1).

III. Каковы взаимоотношения между членами Вашей группы?

1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3).
2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2).
3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1).
4. Не знаю, трудно сказать (1).

IV. Какие у Вас взаимоотношения с руководством?

1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3).
2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2).
3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1).
4. Не знаю (1).

V. Каково отношение к делу (учебе и т.п.) в Вашем коллективе?

1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3).
2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2).
3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1).
4. Не знаю (1).

Мониторинг уровня обученности и личностного развития обучающихся (по А.В. Хуторскому).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов
I. Теоретическая подготовка воспитанника: 1.1 Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) 1.2 Владение специальной терминологией	Соответствия теоретических знаний ребенка программным требованиям	-минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой);	1 2 3
	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	- средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); -максимальный уровень (ребенок усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных	1 2 3

		<p>программой за конкретный период);</p> <p>-минимальный уровень (ребенок, как правило избегает употреблять специальные термины);</p> <p>- средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);</p> <p>-максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).</p>	
<p>II. Практическая подготовка ребенка:</p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно – тематического плана программы)</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p> <p>2.3. Творческие навыки</p>	<p>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</p> <p>Отсутствие затруднений в использовании и специального оборудования и оснащения</p> <p>Креативность в выполнении практических заданий</p>	<p>- минимальный уровень(ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);</p> <p>- средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более1/2);</p> <p>-Максимальный уровень(ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.)</p> <p>-Минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</p> <p>- Средний уровень(работает с оборудованием с</p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>

		<p>помощью педагога);</p> <p>-Максимальный уровень(работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);</p> <p>-Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога);</p> <p>-Репродуктивный уровень (Выполняет в основном задания на основе образца);</p> <p>-Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)</p>	
<p>III. Обще учебные умения и навыки ребенка:</p> <p>3.1. Учебно – интеллектуальные умения:</p>	<p>Самостоятельность в подборе и анализе литературы</p>	<p>-Минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</p> <p>-Средний уровень (работает с литературой с помощью педагога и родителей);</p> <p>- Максимальный уровень (Работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>

Мониторинг воспитанности обучающихся в творческом коллективе

Показатели (параметры)	Критерии	Степень выраженности качества	Возмо	Методы ки
1.Профессио танность	Завершение	<u>Минимальный</u>	1	Наблюдение
	использование редких случаях доводит		2	Наблюдение
1. Этика	дополнений	(работы до конца) ;	3	Наблюдение
выполнения	Аккуратность	<u>Средний</u>	1	Наблюдение
представления ее	практической	остью завершает каждую	2	
	терпение и	использует необходимые	3	
2. Культу	ость		1	
рации своей	Объективность	<u>Максимальный</u>	2	
	ании критических	остью завершает каждую	3	
3. Уважи	адрес чужой	ользует необходимые	1	
ношение к			2	
ьной	Стремление	<u>Минимальный</u>	3	
других.	азанные ошибки,	юк проявляет низкий		
4. Адекват	слушиваться к	отоспособности работы		
восприятия	ога			
ьной оценки		<u>Средний</u>		
ьности и ее		юк старается быть		
		при выполнении работ,		
		терпение и		
		ость);		
		<u>Максимальный</u>		
		юк аккуратен в		
		практической работы,		
		отоспособен).		
		<u>Минимальный</u>		
		юк не объективен при		
		боты сверстников);		
		<u>Средний</u>		
		юк старается быть		
		при оценивании работы		
		подчеркивает		
		е моменты);		
		<u>Максимальный</u>		
		высказывании		
		амечаний в адрес работы		
		проявляет объективность,		
		положительные моменты)		
		<u>Минимальный</u>		
		рисушивается к советам		
		редких случаях исправляет		
		<u>Средний</u>		

		<p>... итятся исправить ... ибки прислушивается к ... (ога); <u>Высокий уровень</u> (всегда ... ибки, прислушивается к ... ога).</p>		
1. Практи	Аккуратность	<u>Минимальный</u>	1	Наблюдение Наблюдение Наблюдение Наблюдение
овка ребенка:	части	аккуратен при выполнении	2	
5. Коллек	работы		3	
венность	Участие в	<u>Средний</u>	1	
6. Умени	коллективных	док старается быть	2	
йствовать с	ие входить в	ои выполнении работы);	3	
членами	другими детьми,	<u>Максимальный</u>	1	
		док всегда аккуратен при	2	
7. Стремл	Стремление к	оллективной работы)	3	
морализации,	получению	<u>Минимальный</u>	1	
адекватными	ий, умений и	принимает участие в	2	
	ание показывать	работах, с трудом	3	
8. Соблю	ультаты своей	акт с другими детьми,		
нравственно-				
м	Выполняет	<u>Средний</u>		
	ения на занятиях	имает участие в		
		работах, находит контакт		
		ыми, не конфликтен)		
		<u>Максимальный</u>		
		имает активное участие в		
		работах, всегда находит		
		другими детьми, не		
		<u>Минимальный</u>		
		стремится к получению		
		умений, навыков);		
		<u>Средний</u>		
		итится к саморазвитию,		
		овых знаний, умений и		
		желает показывать свои		
		<u>Высокий</u>		
		итится к саморазвитию,		
		овых знаний, умений и		
		влияет желание показывать		
		таты своей работы)		
		<u>Минимальный</u>		
		шаает правила поведения		
		<u>Средний</u>		
		ется соблюдать правила		
		занятиях).		

		<u>Максимальный</u> одает правила поведения		
--	--	--	--	--

Любой танец воздействует на зрителя лишь тогда, когда искусство танцовщика основывается на выразительном, а не механическом жесте, реалистическом, а не абстрактном действии.

Следовательно, в учебной работе надо подвести учащихся к тому, чтобы они стремились выполнять каждое движение не только технически грамотно и физически уверенно, но и творчески увлеченно, музыкально.

Методика учебно – воспитательной работы не может быть единой для всех творческих объединений, так как коллективы отличаются друг от друга творческим направлением, численностью, возрастным составом, интеллектуальным уровнем учащихся.

Метод работы по данной программе предполагает:

Поэтапное, вариативное обучение детей. –

Присутствие игрового момента на первоначальном этапе обучения. –

Поиск интересного музыкального материала. –

Творческий подход к работе. –

Освоение элементов программы происходит постепенно и от опыта и интуиции педагога зависит, когда и насколько усложнить движение. Необходимо выбирать оптимальный режим усложнения, опираясь на индивидуальные и возрастные особенности учащихся.

В целях создания положительной мотивации необходимо использовать игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

В процессе освоения программы необходимо использовать следующие **методы** разучивания танцевальных движений:

– метод разучивания по частям (движение делится на простые части и каждая часть разучивается отдельно);

– целостный метод разучивания (заключается в разучивании движения целиком, в замедленном темпе);

– метод временного упрощения движения (сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде, затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме).

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические **принципы**:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

2.6 Список литературы

- 1 Конорова Е. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства - М., 1993г
- 2 Барышникова Т. Азбука хореографии. Айрис пресс рольф-М., 2013г
- 3 Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании СПб, 1997г
- 4 Сократов Н.В. Валеологическое обеспечение занятий различными видами спорта, хореографии, аэробики. Оренбург, 2000г
- 5 Захаров Р. Записки балетмейстера - М., 2011г.
- 6 Гюнтер Х. Джазовый танец. История, теория, практика. -Берлин, 1985г.
- 7 Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. !, !! -Челябинск ЧГИК 1993г.
- 8 Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании . - М., 2014г.
- 9 Программа внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. -М., 1981г.
- 10 Театр, где играют дети: Учебно- методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов/ Под ред. А.Б. Никитиной -М., 2001 г.
- 11 Ваганов А.Я. Основы классического танца - Л-М., 2015г.
- 12 Сокольников Ю.П. Системный анализ воспитания школьников-М: Педагогика 1986г.
- 13 Всё о балете. Словарь справочник -Л: Музыка 1966г.
- 14 Методические рекомендации по детскому игровому стрейчнгу для педагогов -хореографов .г. Оренбург 2009г.
<http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2013/11/30/programma-po-khoreografii>
- <http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/05/01/programma-dop> <https://multiurok.ru/files/rabochaia-programma-piedaghogha-dopolnitel-nogho-obrazovaniia-po-khorieoghonitelnogo-obrazovaniya>

<http://gigabaza.ru/doc/63010-pall.html>

<http://festival.1september.ru/articles/619955/>

Приложение

Психические особенности детей 12-15 лет.

В дошкольном детстве в основном завершается долгий и сложный процесс овладения речью. К 12 годам язык становится средством общения и мышления ребёнка, а при подготовке к школе - и предметом сознательного изучения. Развивается звуковая сторона речи. Младшие школьники начинают осознавать особенности своего произношения. К концу дошкольного возраста завершается процесс фонематического развития. Интенсивно растёт словарный запас. Здесь важны индивидуальные различия: у одних детей словарный запас оказывается больше, у других - меньше, что зависит от условий их жизни, от того, как и сколько с ними общаются близкие взрослые. Большой активный словарь позволяет перейти к контекстной речи, ребёнок может пересказать прочитанный рассказ, описать картинку и т.д. Владение связной монологической речью - сначала устной, затем письменной - особенно важно в процессе овладения учебной деятельностью. Связная монологическая речь - это не просто отдельное предложение, это развернутое высказывание, состоящее из нескольких предложений. Это - текст в широком понимании (независимо от того, записано высказывание или только произнесено), поэтому монологическая речь строится по законам литературного, а не разговорного языка. Развернутое монологическое высказывание требует от ребёнка большей произвольности, осознанности, нежели диалог. Для детей наиболее простой формой монолога является пересказ сюжетного рассказа.

Восприятие становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим. В нем выделяются произвольные действия: наблюдение, рассматривание, поиск. Специально организованное восприятие способствует лучшему пониманию явлений. Большое влияние на развитие восприятия в это время оказывает речь. Ребёнок начинает активно использовать название качеств. Он способен называть и выделять для себя качества и свойства предметов и явлений, отделять их друг от друга и понимать реальные отношения между ними. К концу младшего школьного возраста восприятие становится синтезирующим. Это создаёт возможность устанавливать связи между элементами воспринимаемого.

Мышление. Общая линия развития мышления - переход от наглядно-действенного к наглядно-образному и в конце периода - к словесному мышлению. Дошкольник образно мыслит, он ещё не приобрёл взрослой логики рассуждений. К концу дошкольного возраста появляется тенденция к обобщению, установлению связей. Возникновение её важно для дальнейшего развития интеллекта. Решение многих типов интеллектуальных задач происходит в образном плане. Образные представления обеспечивают

понимание условий задачи, их соотнесение с реальностью, а затем - контроль за решением.

К концу дошкольного детства образное мышление детей не является сугубо конкретным и ситуативным. Ребёнок способен не только представить предмет во всей полноте и разнообразии характеристик, но также способен выделить его существенные свойства и отношения. У него формируется наглядно-схематическое мышление. Это особый вид мышления, который выражается в том, что ребёнок понимает и успешно использует различные схематические изображения предмета (план, макет, простейший чертёж). Дети начинают понимать и условные изображения значительно более абстрактных взаимосвязей: отношений между словами в предложении, между буквами в слове, между математическими величинами и т.д. Это открывает путь к обучению детей грамоте и математике с опорой на наглядно-условные отображения основных закономерностей внутри учебного материала. Начинают закладываться основы словесно-логического мышления. Этот вид мышления окончательно формируется только в подростковом возрасте (13-14 лет) и является ведущим мышлением взрослого человека. Шестилетний ребёнок способен к простейшему анализу окружающего: разведению основного и несущественного, несложным рассуждениям, правильным выводам. Однако эта способность ограничена кругом детских знаний. В пределах известного ребёнок с успехом устанавливает причинно-следственные связи, что отражается в его речи. Он использует выражения «если..., то...», «потому что». Его бытовые рассуждения вполне логичны.

Память. Память развивается в двух направлениях - произвольности и осмысленности. Дети произвольно запоминают учебный материал, вызывающий у них интерес, преподнесённый в игровой форме, связанный с яркими наглядными пособиями или образами воспоминаний и т.д. Если в дошкольном возрасте не запоминают материал, им не интересный, с каждым годом всё в большей мере обучение строится с опорой на произвольную память. Младшие школьники, также как и дошкольники, обладают хорошей механической памятью. Многие из них на протяжении всего обучения в начальной школе механически заучивают учебные тексты, что приводит к значительным трудностям в средних классах, когда материал становится сложнее и больше по объёму. Они способны дословно воспроизводить то, что запомнили. Совершенствование смысловой памяти в этом возрасте даёт возможность освоить достаточно широкий круг приёмов запоминания. Когда ребёнок осмысливает учебный материал, понимает его, он его одновременно и запоминает. Таким образом, интеллектуальная работа является в то же время деятельностью запоминания, мышление и смысловая память оказываются неразрывно связаны.

Внимание. Без достаточной сформированности этой психической функции процесс обучения невозможен. По сравнению с дошкольниками младшие школьники гораздо более внимательны. Они уже способны концентрировать внимание на неинтересных действиях, но у них всё ещё преобладает произвольное внимание. Для детей в этом возрасте внешние впечатления - сильный отвлекающий фактор, им трудно сосредоточиться на непонятном, сложном материале. Их внимание отличается небольшим объёмом и малой устойчивостью. Они могут сосредоточенно заниматься одним делом 10-20 минут. Затруднены распределение внимания и его переключение с одного задания на другое. Разные дети внимательны по-разному: раз внимание обладает различными свойствами, эти свойства развиваются в неодинаковой степени, создавая индивидуальные варианты. Одни имеют устойчивое, но плохо переключаемое внимание, они довольно долго старательно решают одну задачу, но быстро перейти к следующей им трудно. Другие легко переключаются в процессе учебной работы, но также легко отвлекаются на посторонние моменты. У третьих хорошая организованность внимания сочетается с его малым объёмом.

Часто дети, концентрирующие внимание не на учебных занятиях, а на чём-то другом - на своих мыслях, далеких от учёбы, рисовании на парте и т.д., из-за отсутствия нужной направленности они производят впечатление рассеянных, хотя внимание у этих детей может быть достаточно развито. Разные свойства внимания поддаются развитию в неодинаковой степени. Наименее подвержен влиянию объём внимания, он индивидуален. Свойства распределения и устойчивости можно и нужно тренировать, чтобы предотвратить их стихийное развитие. Лишь к 9-10 годам произойдёт резкое изменение, и дети смогут работать длительно, сосредоточенно, без отвлечения и ошибок. Однако произвольное внимание непрочное, и если появляется что-то интересное, то внимание тут же переключается. Поэтому такое большое значение имеет для младших школьников, особенно для первоклассников, не словесное объяснение, а показ, яркая картинка или слайд, действие. Попытка долго удерживать внимание безуспешна, так как высокая истощаемость нервных клеток коры головного мозга, малая устойчивость внимания, эмоциональность и быстро развивающееся так называемое «охранительное торможение» приводят к отвлечениям, «двигательному беспокойству» уже после 10-15 минут интенсивной работы.

Отношения со сверстниками и взрослыми. Когда ребёнок приходит в школу, происходит перестройка всей системы отношений ребёнка с действительностью. У ребёнка есть две сферы социальных взаимоотношений: «ребёнок - взрослый» и «ребёнок - дети». В школе эти две сферы отношений по-новому строятся. Система ребёнок - взрослый разделяется. Теперь в жизни ребёнка кроме родителей появился ещё один значимый взрослый - учитель. Отношения с учителем начинают определять отношения ребёнка к родителям и к детям. Новая система отношений

ребёнок - учитель становится центром жизни ребёнка, от неё во многом зависят благоприятные для жизни условия. Первое, что спрашивают теперь взрослые у ребёнка: «Как ты учишься». Отношения ребёнок - учитель становятся отношением ребёнок - общество. В первое время дети стараются строго следовать указаниям учителя. Если учитель допускает лояльность по отношению к правилам, правила разрушаются изнутри.

Ребёнок начинает относиться к другому ребёнку с позиции того, как этот ребёнок относится к правилу, которое вводит учитель. Появляются «ябеды».

В отношениях ребёнка и взрослого неизбежно разделение функций: взрослый ставит цели, контролирует и оценивает действия ребёнка. Так, любое действие ребёнок совершает сначала со взрослым, постепенно мера помощи взрослого уменьшается и сходит на нет, тогда действие переходит во внутренний план, и ребёнок начинает выполнять его самостоятельно. Возникает замкнутый круг: без взрослого ребёнок не может освоить новое действие, но при соучастии взрослого не может полностью освоить действие, поскольку контроль и оценка так и остаются за взрослым. Поэтому помощь взрослого не достаточна для освоения всех аспектов действия.

Отношения со сверстниками, где ошибки во взаимоотношениях легко исправляются обеими сторонами, позволяют накапливать полезный взаимный опыт переживания сопротивления границ чужого психологического пространства и своего тоже. Именно во взаимоотношениях со сверстниками дети учатся терпению и кооперативности. Общение с другими детьми очень важно для формирования способности вставать на точку зрения другого, принимать ту или иную задачу как общую, требующую совместных действий, и способности взглянуть на самого себя и свою деятельность со стороны.

Возрастные психологические изменения младшего школьника

1. Возникновение первичного цельного детского мировоззрения. Ребёнок не может жить в беспорядке. Все, что видит, ребёнок пытается привести в порядок, увидеть закономерные отношения, в которые укладывается непостоянный окружающий мир. Дети в этом возрасте считают, что всё, что существует вокруг них, в том числе и явления природы - результат деятельности людей. Строя картину мира, ребёнок выдумывает, изобретает теоретическую концепцию. Для объяснения используются знания, почерпнутые из телевизионных программ и от взрослых. Он строит глобальные схемы. Хотя приходя в школу, он вынужден от глобальных мировых проблем перейти к элементарным вещам, тогда обнаруживается несоответствие между познавательными потребностями и тем, чему учат ребёнка.

2. Возникновение первичных этических норм: «что такое хорошо и что такое плохо». Эти этические нормы растут рядом с эстетическими. «Красивое не может быть плохим».

3. Возникновение соподчинения мотивов. Уже можно наблюдать преобладание обдуманых действий над импульсивными. Преодоление непосредственных желаний определяется не только ожиданием награды или наказания со стороны взрослого, но высказанным обещанием самого ребёнка (принцип «данного слова»). Благодаря этому формируются такие качества личности, как настойчивость и умение преодолевать трудности.

4. Возникновение произвольного поведения. Произвольное поведение - это поведение, которое осуществляется в соответствии с образцом (дан ли он в форме действия другого человека или в форме правила). Этот образец сначала существует в конкретной наглядной форме, но затем он становится более или менее обобщенным (в форме правил, норм). Появляется стремление управлять собой, своими поступками.

5. Возникновение личного сознания - возникновение сознания своего ограниченного места в отношениях со взрослыми. Возникает осознание возможностей своих действий, он начинает понимать, что не всё может (начало самооценки). Внешнее превращается во внутреннее.

6. Позже формируется произвольность и осознанность всех психических процессов и их интеллектуализация, их внутреннее опосредование, которое происходит благодаря усвоению системы научных знаний. Интеллект развивается, но ещё не знает самого себя. Осознание своих собственных изменений в результате развития учебной деятельности.

Каждый возраст характеризуется прежде всего социальной ситуацией развития, т.е. теми единственными неповторимыми связями и взаимоотношениями ребёнка со взрослыми, социальной средой в целом, которые складываются на определённом возрастном этапе. С жизнью ребёнка в определённой социальной ситуации неразрывно связанные типичные для данного возраста деятельности ребёнка. Именно в ведущей деятельности на каждом возрастном этапе возникают и развиваются новые психологические функции и качества. Психологические новообразования, накапливаясь с течением времени, постепенно приходят в противоречие со старой ситуацией развития, ведут к её разрушению и построению новых отношений, открывающих новые возможности развития ребёнка в следующем возрастном периоде.

В дошкольном возрасте основным видом деятельности является сюжетно-ролевая игра. В младшем школьном возрасте ведущей деятельностью

становится учебная деятельность. Учебная деятельность, имея сложную структуру, проходит длинный путь становления. Её развитие будет продолжаться на протяжении всех лет школьной жизни, но основы закладываются в первые годы обучения. От результативности учебной деятельности непосредственно зависит развитие личности младшего школьника. Школьная успеваемость является важным критерием оценки ребёнка как личности со стороны взрослых и сверстников. Статус отличника или неуспевающего отражается на самооценке ребёнка, его самоуважении и самопринятии. Успешная учёба, осознание своих способностей и умений качественно выполнять задания приводят к становлению компетентности, одного из компонентов самосознания. Если это чувство в учебной деятельности не сформируется, у ребёнка снижается самооценка и возникает чувство неполноценности. Учебная деятельность ребёнка развивается также постепенно, через опыт вхождения в неё. Учебная деятельность - это деятельность, направленная на самого учащегося. Ребёнок учится не только знаниям, но и тому, как осуществлять усвоение этих знаний. Учатся способам письма, счёта, чтения, ребёнок ориентирует себя на самоизменение - он овладевает необходимыми, присущими окружающей его культуре способами служебных и умственных действий. Он сравнивает себя прежнего и себя нынешнего. Самое существенное в учебной деятельности - это отслеживание новых достижений и происходящих изменений. «Не умел» - «умею», «не мог» - «могу», «был» - «стал» - ключевые оценки результата этого отслеживания. Если ребёнок получает удовлетворение от оценки своих достижений, от восхождения к более совершенным способам учебной деятельности, к саморазвитию, то это значит, что он психологически погружён в учебную деятельность. Конечная цель учебной деятельности - сознательная учебная деятельность ученика, которую он сам строит по особым законам этой деятельности. Учебная деятельность, первоначально организуемая взрослым, должна превращаться в самостоятельную работу ученика, то есть учебная деятельность превращается в самообучение. Это происходит при условии совместной деятельности учителя и ученика.

Трудности младшего школьного возраста

Кризис семи лет. Независимо от того, когда ребёнок пошел в школу, в шесть или в семь лет, он в какой-то момент своего развития проходит через кризис. Этот перелом может начаться в семь лет, а может сместиться к шести или восьми годам. Кризис не жёстко связан с объективным изменением ситуации. Важно, как ребёнок переживает ту систему отношений, в которую он включён, будь то стабильные отношения или резко меняющиеся. Изменилось восприятие своего места в системе отношений - значит, меняется социальная ситуация развития, и ребёнок оказывается на границе нового возрастного периода.

Кризис семи лет называют периодом рождения социального Я ребёнка. Он приходит к осознанию своего места в мире общественных отношений. Он открывает для себя новую социальную позицию - позицию школьника, связанную с высоко ценимой взрослыми учебной работой. И пусть желание занять это новое место в жизни появляется не сразу, всё равно формирование этой новой позиции меняет его самосознание, а это, в свою очередь, приводит к переоценке ценностей. То, что было значимо раньше, становится второстепенным. Старые интересы, мотивы теряют свою побудительную силу, на смену им приходят новые. Маленький школьник с увлечением играет и играть будет ещё долго, но игра перестаёт быть основным содержанием его жизни.

В этот период также происходят глубокие изменения в плане переживаний. Отдельные эмоции и чувства, которые испытывал ребёнок лет четырёх, были мимолетными, ситуативными, не оставляли заметного следа в его памяти. Неудачи и нелестные отзывы о своей внешности, если и приносили огорчения, то не влияли на становление его личности (для того, чтобы негативные последствия от детских переживаний остались и закрепились, в семье должна быть особая атмосфера постоянного недовольства и требовательности или, наоборот, обстановка захваливания и восхищения, в обоих случаях формируется неадекватная самооценка). Всё это результат усвоения постоянно повторяющейся оценки близких взрослых, а не обобщение собственного эмоционального опыта. В период кризиса семи лет появляется «обобщение переживаний», благодаря этому появляется логика чувств. Переживания приобретают новый смысл, их усложнение приводит к возникновению внутренней жизни ребёнка. Внутренняя жизнь - это не слепок с его внешней жизни, хотя внешние события, ситуации и отношения наполняют содержание переживаний. Эмоциональные представления о них складываются в зависимости от логики чувств ребёнка, его уровня притязаний, ожиданий, самооценки. Именно внутренняя жизнь будет теперь влиять на поведение и на события, в которых активно участвует ребёнок.

Теперь ребёнок размышляет, прежде чем действовать, появляется ориентировка в том, что принесет ему осуществление той или иной деятельности: удовлетворение или неудовлетворенность. Психологи называют это утратой детской непосредственности. Ребёнок начинает скрывать свои переживания, пытается не показать, что ему плохо. Ребёнок внешне уже не такой, как «внутренне», хотя на протяжении младшего школьного возраста ещё будут сохраняться открытость, стремление выплеснуть все эмоции на сверстников, на близких взрослых, сделать то, что сильно хочется. Кризисным проявлением разделения внешней и внутренней жизни детей обычно становятся кривляние, манерничанье, искусственная натянутость поведения. Эти внешние особенности, так же как и склонность к капризам, эмоциональным реакциям, конфликтам, начинают исчезать, когда ребёнок выходит из кризиса и вступает в новый возраст.

Нарушения психического развития и пути их коррекции. В поведении и развитии детей часто встречаются нарушения. Осложнения психического и личностного развития ребёнка обусловлены, как правило, двумя факторами: ошибками воспитания и определённой незрелостью, минимальными поражениями нервной системы. Зачастую оба эти фактора действуют одновременно, поскольку взрослые нередко недооценивают или игнорируют особенности нервной системы ребёнка, лежащие в основе трудностей поведения, и пытаются «исправить» ребёнка различными неадекватными воспитательными действиями. Поэтому очень важно уметь выявить истинные причины поведения ребёнка, тревожащего родителей. Многим детям свойственна агрессивность. Переживания и разочарования, которые взрослым кажутся незначительными, для ребёнка оказываются очень острыми и трудно переносимыми именно в силу незрелости их нервной системы. Поэтому наиболее подходящим для ребёнка решением может оказаться и физическая реакция, особенно если у него ограничена способность к самовыражению. Выделяются две наиболее частые причины агрессии у детей. Во-первых, боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению, получить повреждения. Чем сильнее агрессия, тем сильнее стоящий за ней страх. Во-вторых, пережитая обида, или душевная травма, или само нападение. Очень часто страх порождается нарушенными социальными отношениями ребёнка и окружающих его взрослых.

Физическая агрессия может выражаться как в драках, так и в форме разрушительного отношения к вещам. Дети рвут книги, разбрасывают и крушат игрушки, ломают нужные вещи, поджигают. Иногда агрессивность и раздражительность совпадают, и тогда ребёнок швыряет игрушки в других детей или взрослых. Такое поведение продиктовано потребностью во внимании, какими-то драматическими событиями.

Агрессивность проявляется не только в физических действиях. Некоторые дети склонны к так называемой вербальной агрессии (оскорбляют, дразнят, ругаются), за которой часто стоит желание почувствовать себя сильным или отыграться за собственные обиды. Иногда дети ругаются, не понимая значения браных слов. Бывает и так, что брань является средством выражения эмоций в неожиданных неприятных ситуациях: ребёнок упал, расшибся, его поддразнили. В этом случае ребёнку полезно дать альтернативу брани - слова, которые можно с чувством произнести в качестве разрядки.

Проявления физической агрессии сдерживать легче, чем вербальной. Можно остановить ребёнка окриком, отвлечь его каким-либо занятием, создать физическое препятствие (отвести руку, удерживать). Если акт агрессии предотвратить не удалось, надо показать ребёнку, что такое поведение абсолютно неприемлемо. В случае разрушительной агрессии взрослый должен кратко, но однозначно выразить своё недовольство. Очень полезно

каждый раз предлагать ребёнку устранить причиненный им разгром. Чаще всего ребёнок отвечает отказом, но рано или поздно он может откликнуться на слова. Уборка как наказание не эффективна; главной идеей доводов взрослого должна быть уверенность в том, что «большой» мальчик (девочка) должен нести ответственность за свои действия. Если ребёнок все же поможет убрать, он обязательно должен услышать искреннее «спасибо». Вербальную агрессию предотвратить трудно, поэтому почти всегда приходится действовать после того, как акт агрессии уже свершился. Если обидные слова адресуются взрослому, то целесообразно вообще проигнорировать, но при этом попытаться понять, какие чувства и переживания стоят за ними. Может быть, он хочет испытать приятное чувство превосходства над взрослым, а может быть, в гневе не знает более легкого способа выражения своих чувств. Иногда взрослые могут превратить оскорбление ребёнка в комическую перепалку, что позволит снять напряжение и сделать саму ситуацию ссоры смешной. Любые проявления страха у окружающих перед агрессивным выпадом ребёнка могут только стимулировать его.

Конечная цель преодоления агрессивности ребёнка состоит в том, чтобы дать ему понять: есть иные способы проявления силы и привлечения внимания, гораздо более приятные с точки зрения ответной реакции окружающих.

Вспыльчивость. Ребёнка считают вспыльчивым, если он склонен по любому, даже самому незначительному, с точки зрения взрослых, поводу устроить истерику, расплакаться, разозлиться, но агрессии при этом не проявляет. Вспыльчивость - это скорее выражение отчаяния и беспомощности, чем проявления характера.

Как и в случае с агрессивностью, приступ вспыльчивости необходимо попытаться предупредить. В одних случаях удастся отвлечь ребёнка, в других - целесообразно покинуть его, оставить без аудитории. Можно побуждать выражать свои чувства словами. Если же ребёнок вспылил, то остановить его не удаётся. Успокаивания не будут действовать. Когда приступ пройдет, понадобится утешение, особенно если ребёнок сам напуган силой своих эмоций. На этой стадии ребёнок уже может выразить свои чувства словами или выслушать объяснения взрослых. Взрослый не должен уступать ребёнку только ради того, чтобы не вызвать приступа. Однако важно оценить, действительно ли запрет взрослого имеет принципиальное значение, не борется ли он с пустяком.

Пассивность. Часто взрослые не видят никакой проблемы в пассивном поведении ребёнка, считают, что он просто «тихоня», отличается хорошим поведением. Но это не всегда так.

Тихие дети испытывают разнообразные и далеко не самые приятные эмоции. Ребёнок может быть несчастным, подавленным или застенчивым. Подход к таким детям должен быть постепенным, ибо может пройти немало времени, прежде чем появится ответная реакция.

Нередко тихое поведение ребёнка - реакция на невнимание или беспорядок дома. Таким поведением он изолируется в собственном мире. Проявлениями этого могут быть сосание пальца, царапанье кожи, выдергивание у себя волос или ресниц, раскачивание и прочее. Простой запрет на эти занятия вряд ли сработает. Более эффективным будет то, что поможет ему выразить эмоции. Необходимо выяснить, какие события или обстоятельства вызвали у ребёнка такое состояние, это поможет найти пути установления контакта с ним.

Другой причиной тихого, пассивного поведения ребёнка может быть страх перед незнакомыми новыми взрослыми, малый опыт общения с ними. Такой ребёнок может или не нуждаться в физической ласке, или вообще не переносить физических контактов. Необходимо помочь ребёнку приобрести уверенность в себе, только тогда он может научиться сходитьсь с новыми людьми - сверстниками и взрослыми.

Гиперактивность. В основе гипердинамического синдрома могут лежать микроорганические поражения головного мозга, возникшие в результате осложнений беременности и родов, истощающие соматические заболевания раннего возраста, физические и психические травмы. Основные признаки гипердинамического синдрома: отвлекаемость внимания и двигательная расторможенность. Гипердинамичный ребёнок импульсивен, и никто не рискнет предсказать, что он сделает в следующий миг. Он и сам этого не знает. Действует он, не задумываясь о последствиях, хотя плохого не замышляет и сам искренне огорчается из-за происшествия, виновником которого становится. Он легко переносит наказания, не помнит обиды, не держит зла, часто ссорится со сверстниками и тут же мирится. Это самый шумный ребёнок в коллективе. Самая большая проблема такого ребёнка - его отвлекаемость. Заинтересовавшись чем-то, он забывает о предыдущем и ни одно дело не доводит до конца. Он любопытен, но не любознателен, ибо любознательность предполагает некоторое постоянство интересов. Пик проявлений гипердинамического синдрома - 6-7 лет. В благоприятных случаях к 14-15 годам его острота сглаживается, а первые проявления можно заметить уже в младенчестве.

Нельзя сдерживать физическую подвижность такого ребёнка, это противопоказано состоянию его нервной системы. Но его двигательную активность надо направлять и организовывать. Если он бежит куда-то, то пусть это будет выполнением какого-то поручения. Хорошую помощь могут оказать подвижные игры с правилами, спортивные занятия. Самое главное - подчинить его действия цели и приучить его достигать её.

Если до школы с гиперактивным ребёнком не проводилась коррекционная работа, то, поступив в школу, он столкнется с ещё более серьёзными трудностями.

В школе такого ребёнка считают непослушным и невоспитанным и пытаются воздействовать на него строгими наказаниями в виде бесконечных запретов и ограничений. В результате ситуация только усугубляется. Улучшение состояния зависит не только от специально назначенного лечения (иногда медикаментозного), но и, в значительной мере, ещё и от доброго, спокойного и последовательного отношения к нему. Родителям необходимо избегать двух крайностей: проявления чрезмерной жалости и вседозволенности, с одной стороны, а с другой - постановки перед ним повышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жестокостью и наказаниями. Работа с гиперактивными детьми должна проводиться комплексно, с участием специалистов разных профилей и обязательным привлечением родителей и учителей.

Особенности коррекции поведения детей младшего школьного возраста. Младший школьный возраст связан со значительными изменениями в психологическом опыте ребёнка. Важнейшим моментом этих преобразований является переход от непосредственного поведения к опосредованному, то есть к поведению осознанному, произвольному. Ребёнок учится активно управлять собой, строить свою деятельность в соответствии с поставленными целями, сознательно принятыми намерениями и решениями. Это является важным показателем развития личности.

Появление новых форм поведения связано с учебной деятельностью, которая заставляет его соблюдать целый ряд норм и правил. Однако поступление ребёнка в школу само по себе не обеспечивает проявление качеств, необходимых для этого. Здесь возникает противоречие: с порога школы от ребёнка требуют того, что только ещё должно быть сформировано в школе. Специфика младшего школьного возраста состоит в том, что цели деятельности задаются детям в основном взрослым. Учителя и родители определяют, что можно и что нельзя делать ребёнку. Даже если ребёнок охотно берётся за поручения взрослого, он не всегда справляется с ними, так как не улавливает его сути, быстро утрачивает первоначальный интерес к заданию или просто забывает выполнить его в срок.

Ставя перед ребёнком определённые цели (лучше учиться, соблюдать правила поведения, во время делать уроки), необходимо учитывать содержание мотивов, являющихся для него реально действующими, то есть тех, которые наиболее значимы для ребёнка. Только так можно побудить

ребёнка к лучшему выполнению поручений взрослого, которые в этом случае будут совпадать с собственными потребностями.

Важно также, что большое значение при выполнении ребёнком непривлекательной для него работы приобретает конкретная цель, с понятным конкретным результатом действия. Она позволяет выполнить требования взрослого и, одновременно, осуществить стремление побыстрее прекратить неинтересное занятие. Цель перед ребёнком нужно ставить вовремя, и лучше всего делать это заранее.

Общая цель, даже если она изначально принимается ребёнком положительно, должна быть конкретизирована в отдельных частных целях, достижение каждой из которых становится более реальным и легким. Если объём намеченной работы слишком велик, то ребёнок работает так, как будто никакой специальной цели перед ним не поставлено, и быстро прекращает работать. Сложные формы поведения необходимо разделять на небольшие действия для большей эффективности поведения. Таким образом, можно сформулировать несколько отдельных приёмов работы с детьми:

- поставленные перед ребёнком цели должны быть не общими (стать отличником, исправить свое поведение и т.д.), а очень конкретными, направленными на овладение отдельными моментами поведения, которые можно легко проконтролировать;
- конкретную цель нужно ставить непосредственно перед тем, как она должна быть выполнена;
- необходимо сначала ставить цель на очень короткий срок, по мере овладения новой формой поведения, можно ставить цели на более длительное время;
- обязателен постоянный каждодневный контроль за выполнением намеченных целей.

Опасности, подстерегающие младшего школьника

Безусловно, чем лучше готов ребёнок ко всем происходящим изменениям в нем самом и в социальной ситуации, связанной с началом обучения в школе, к трудностям, которые неизбежны, тем легче он их преодолевает, тем спокойнее и безболезненнее будет протекать процесс приспособления. Эта готовность проявляется в том, как ребёнок ведёт себя в сложных и опасных ситуациях, возникающих на улице, в школе и в домашней обстановке.

Когда родителей нет дома, ребёнок остается один, он не защищён от разного рода опасностей. Опасными могут быть все бытовые электроприборы. Родители должны научить ребёнка правилам обращения с электричеством и с

каждым прибором в отдельности. В каждом доме есть аптечки с определённым набором лекарственных средств, каждое из которых может представлять собой опасность для жизни ребёнка. Эти средства должны находиться вне досягаемости ребёнка. На ёмкостях с пищевыми кислотами, средствами бытовой химии должны быть сделаны наклейки с надписями, чтобы исключить случайные пробы вредных веществ. Используемые для хозяйственных нужд огнеопасные предметы или жидкости необходимо убирать в недоступные для ребёнка места. Бывают ситуации, которые невозможно заранее проконтролировать, поэтому родителям необходимо сформулировать для ребёнка определённые правила поведения в доме, когда он один. Например, нельзя открывать двери квартиры или дома незнакомым людям. Ребёнок должен знать номера телефонов, по которым, в случае необходимости, можно найти родителей. Целесообразно сделать список служб и людей (с номерами телефонов), к которым в случае опасности или возникновения серьёзных проблем можно обратиться за помощью.

Определённые опасные ситуации возникают на улице и в школе. Важно научить ребёнка правилам дорожной безопасности. Ребёнку может понадобиться помощь, совет, и он должен знать, к кому можно обратиться за помощью, а к кому относиться с осторожностью. Круг лиц, к которым он может обратиться, должен быть определён очень конкретно (имена знакомых, названия и признаки профессий), так как очень часто ребёнку кажется хорошим знакомым чужой человек, которого он просто уже видел или с которым минуты две поговорил. Родители должны ввести определённые правила, как вести себя с незнакомыми взрослыми. Важно также чётко определить границы территории, места, где может бывать ребёнок.

В этом возрасте дети, как правило, любознательны, склонны доверять взрослым, но и мнение сверстников уже является для них немаловажным. К сожалению, этот возраст уже является возрастом первых проб некоторых психоактивных токсических веществ, началом курения, вдыхания паров препаратов бытовой химии. Родителям нужно иметь представление о причинах первых проб психоактивных веществ именно в этом возрасте и понимать, что нужно делать, чтобы их предотвратить.

Чтобы правила безопасности были более действенными, желательно, чтобы одинаковые правила предъявлялись всеми родителями, так как в ином случае быстро возникнет мысль: «А почему мне нельзя, а Саше можно?». Поэтому хорошо, если все родители договорятся между собой об основных правилах безопасности (например, где, когда можно гулять, а где - нель

Психологические особенности детей 10-15 лет

Содержание

Введение

1. Психологические особенности детей 10 – 15 лет
2. Противоречия подросткового возраста
3. Проблемы развития Я

Заключение

Список литературы

Введение

При различных подходах к определению личности и особенностей ее развития, разрабатываемых в современной психологической науке (Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, Е.В. Шорохова и другие), наиболее эвристическая формулировка была дана А.Н. Леонтьевым, показавшим, что личность представляет особое системное и поэтому «сверхчувственное» качество, приобретаемое индивидом в многообразных социальных отношениях, в которые он вступает своей деятельностью, становясь личностью, развиваясь как личность. И хотя носителем этого качества является вполне чувственный, телесный индивид со всеми его природными и приобретенными свойствами, которые составляют предпосылки формирования личности, как и внешние условия и обстоятельства жизни, выпадающие на долю индивида, в контексте задач воспитания возможно рассматривать развитие личности как процесс, который характеризуется степенью формирования и насыщения именно того системного качества индивида, в котором выражен уровень его социальной зрелости, интеграции и развертывания общественной сущности человека. Это тем более важно, что как показывают полученные в процессе опытно-экспериментальной работы данные, т.е. переломных моментах процесса психического развития) исходным является новый уровень социальной зрелости растущего человека, который и определяет возможности перехода на каждую следующую ступень онтогенеза.

Цель работы – представить психолого-педагогическую характеристику детей с 10 до 15 лет.

Задачи работы – охарактеризовать психологические особенности детей 10–15 лет; рассмотреть противоречия подросткового возраста; изучить проблемы Я.

1. Психологические особенности детей 10 – 15 лет

Психологические особенности подросткового возраста, когда они резко выражены, получили свое название "подросткового комплекса", а обусловленные ими нарушения поведения - "пубертатного криза". Подростковый комплекс включает перепады настроения от безудержного веселья к унынию и обратно без достаточных причин, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самодостаточностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами - с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование - с сухими мудрствованием [3, 27].

В современной западной психиатрической и психологической литературе широкое распространение получила концепция Е. Erikson(1968) о " кризисе идентичности" как о главной особенности подросткового периода. Под "идентичностью" подразумевается определение себя как личности, как индивидуальности. Формирование идентичности рассматривается с психоаналитических позиций как результат "распада детского Я" и необходимости синтеза нового "взрослого Я", образования " сверх - Я" и т.п. Самой идентичности, процессу познания самого себя придаётся самодовлеющее значение. Именно этот процесс, а не факторы окружающей среды, рассматривается как первоисточник всех трудностей и всех нарушений поведения у подростков. По мнению G. Nissen (1971), пубертатный кризис складывается не только из кризиса идентичности, также из "кризиса авторитета" и "сексуального кризиса". Кризис авторитета выводит как следствие "Эдипова комплекса", как "протест против отца". Слабая роль отца в современной семье или его отсутствие в неполных семьях ведёт к распространению этого протеста на все авторитеты мира взрослых. Крайним проявлением этого кризиса являются побег из дому и бродяжничество. С кризисом идентичности связываются склонность к психогенным депрессиям и суицидальному поведению, а также эпизоды дереализации и деперсонализации. С нашей точки зрения, суть подросткового комплекса составляют свойственные этому возрасту определенные психологические особенности, поведенческие реакции на воздействия окружающей социальной среды. Кризис сексуальности объясняется по З. Фрейду сменой эрогенных зон с анальной на генитальную.

Реакция эмансипации

Эта реакция проявляется стремлением высвободиться из-под опеки, контроля, покровительства старших - родных, учителей, воспитателей, наставников, старшего поколения вообще. Реакция может распространяться на установленные старшими порядки, правила, законы, стандарты их поведения и духовные ценности. Потребность высвободиться связана с борьбой за самостоятельность, за самоутверждение как личности. Термин

"реакция эмансипации", нам представляется, более точно отражает суть явления, чем "кризис авторитетов".

Возможно, реакция эмансипации имеет какие-то биологические, филогенетические корни. У высших млекопитающих именно с периода полового созревания начинается борьба за свое место среди сородичей, за определенное положение в иерархической лестнице сложных взаимоотношений в стаде или в стае. Разумеется, эта реакция у подростков разворачивается под действием социо-психологических факторов (чрезмерная опека со стороны старших, мелочный контроль, лишение минимальной самостоятельности и всякой свободы, продолжающееся отношение к подростку как к маленькому ребенку).

Проявление реакции эмансипации может быть весьма разнообразны. Она может ощущаться в каждодневном поведении подростка, в желании всегда и везде поступать "по-своему" и "самостоятельно".

Реакция эмансипации может быть продиктовано поступление на учебу или работу обязательно в другом городе, чтобы жить отдельно от родителей. Одной из крайних форм проявления реакции эмансипации являются побег из дома и бродяжничество, когда они обусловлены желанием "пожить свободной жизнью".

Дети охотно тянутся к старшим, часто даже предпочитают играть не с ровесниками, а с ними. Подросткам свойственно группирование со сверстниками. Подростковые группы проходят через всю историю человечества от первобытного общества и древней Спарты до современных времен [2, 73].

Стремление подростков к группированию со сверстниками, может быть, также имеет какие-то филогенетические корни. У высших млекопитающих, ведущих стадный образ жизни (некоторые виды обезьян, копытных и ластоногих), особи "подросткового возраста" образуют отдельные временные стада. Обезьяны-подростки реагируют депрессией на изоляции от группы сверстников; ни у детенышей, ни у взрослых обезьян добиться депрессии, таким образом, не удастся. Однако подобное поведение молодняка высших млекопитающих также может служить моделью для изучения подростковых групп, возникших и функционирующих по социо-психологическим закономерностям. Эти закономерности ещё недостаточно изучены.

Существует два типа подростковых групп. Одни отличаются однополым составом, наличием постоянного лидера, довольно жестко фиксированной ролью каждого члена, его твердым местом на иерархической лестнице внутригрупповых взаимоотношений (подчиняемость одним, помыкание другими). В этих группах есть такие роли, как "адъютант лидера" - физически сильный подросток с невысоким интеллектом, кулаками которого лидер держит группу в повиновении, есть "антилидер", стремящийся занять место лидера, есть "шестерка", которым все помыкают. Нередко такая группа обладает "своей территорией", тщательно оберегаемой от вторжения сверстников из других групп из других групп, в борьбе с которыми. Состав группы довольно стабилен, прием новых членов нередко сопряжен с

особыми "испытаниями" или ритуалами. Примкнуть к группе без согласия вожака невысказано. Обнаруживается склонность к внутригрупповому символизму - условные знаки, свои клички, свои обряды, - например, обряд "братания кровью". Подобные группы обычно образуют только из подростков мужского пола.

Другой тип подростковых групп отличается нечетким распределением ролей, отсутствием постоянного лидера. Состав группы нестабилен. Жизнь такой группы минимально регламентирована, нет каких-либо четких требований необходимых для входа в неё.

По-видимому, существуют и промежуточные, и иные типы подростковых групп.

В закрытых заведениях для подростков (спортивные лагеря, интернаты и т.д.) реакция группирования проявляется с особой силой и может быть причиной серьезных нарушений режима. В этих условиях, а также при семейно-педагогической запущенности реакция группирования может стать главным регулятором поведения подростка.

Реакцией группирования может быть объяснен тот известный факт, что подавляющее большинство правонарушений у подростков совершается в группе. В группе сверстников, как правило, подросток приучается к курению, алкоголю или, что самое ужасное, может начать принимать наркотические препараты. Впоследствии от наркотической или алкогольной зависимости избавиться без помощи врача почти невозможно.

В обстановке спортивного лагеря для подростков с нарушениями поведения быстро складываются спонтанные группы. Лидерство в них обычно добиваются подростки, судя по описанию, с выраженными гипертимными чертами - шумные, чересчур активные, всегда готовые вступить в драку, легко вскипающие, общительные подростки. С воспитателями у них устанавливаются враждебные отношения. Но эти подростки в группе завоевывают власть. В дальнейшем они поддерживают свою власть руками "адьютанта".

Реакция увлечения - хобби-реакция

Хобби у взрослых могут быть и могут отсутствовать. Для подросткового .возраста увлечения составляют особую категорию, проблем увлечений остаётся еще мало освещенной в современной психологической литературе. С нашей точки зрения, увлечения составляют категорию психических феноменов, структурных компонентов личности, располагаясь где-то между инстинктами и влечениями, с одной стороны, и наклонностями и интересами - с другой. В отличие от влечений, хобби не имеют непосредственной связи с инстинктами, со сферой безусловных рефлексов. В отличие же от интересов и наклонностей, увлечения всегда более эмоционально окрашены, хотя и не составляют главную трудовую направленность личности, не являются профессиональной деятельностью, средством заработка. Увлечения подростков и разнообразны, и относительно ограничены. Хоккей и футбол, мотоспорт и автомашины, поп-музыка - наиболее частые увлечения в 60-х и 70-х годах у подростков мужского пола [1, 109].

Но наряду с ними приходится встречать самые неожиданные хобби. Попытка их систематизации встречать самые неожиданные хобби. Попытка их систематизации составляет нелёгкую задачу. Можно выделить следующие типы увлечений. Интеллектуально-эстетические увлечения связаны с глубоким интересом к любимому делу (музыке, рисованию, разведению цветов и т.д.). К этой же групп относится стремление постоянно что-то изобретать или конструировать. Нередко подобные занятия для других, особенно старших, кажутся ненужными и странными. Однако для самого подростка они представляются чрезвычайно интересными и важными; ему, в сущности, безразлично, как на это смотрят со стороны. Поглощенные увлекательным для них делом, подростки иногда запускают учёбу и другие дела и почти всё время отдают избранному предмету. Этот вид увлечений наиболее присущ шизоидным подросткам. Телесно - мануальные увлечения - связаны с намерением укрепить свою силу, приобрести ловкость или какие-либо искусные мануальные навыки. Сюда относятся занятия различными видами спорта (например, карате), а также стремление научиться что-то мастерить, вышивать, ездить на велосипеде, водить мотоцикл или автомашину. Но все эти увлечения, казалось бы весьма разнообразные, можно отнести к данному типу, если за ними стоит именно желание развиваться в определённом физическом отношении, овладеть какими-то умениями и т.п. Здесь удовольствие нередко доставляет не столько сам процесс занятий, сколько достигаемые результаты. К телесно-мануальным увлечениям особенно склонны бывают сенситивные юноши, у которых эти увлечения тесно переплетаются с реакцией гиперкомпенсации. Лидерские увлечения сводятся к поиску ситуаций, где можно предводительствовать, руководить, что-то организовывать, направлять других, даже если это касается случайных моментов или событий повседневной жизни. Разные увлечения, будь то кружки, виды спорта, общественные обязанности, легко меняются, пока не попадётся сообщество, которое удаётся подчинить себе. Такие подростки, среди которых много гипертимов, являются главарями в разных группах молодёжи и при хорошей направленности интересов охотно занимаются полезной общественной деятельностью. Накопительские увлечения - это прежде всего коллекционирование во всех его видах. Учитывая, что любая коллекция, достигая значительной величины, приобретает известную материальную ценность, можно допустить, что в основе этого рода увлечений лежит склонность к накоплению материальных благ. Устойчивая страсть к коллекционированию часто сочетается с особой тщательностью и аккуратностью. Наиболее яркие случаи здесь принадлежат эпилептоидным подросткам. Эгоцентрические увлечения - всякого рода занятия, показная сторона которых позволяет оказаться в центре внимания окружения. Чаще всего это художественная самодеятельность, особенно модные её формы - участие в любительских эстрадных ансамблях, прежде всего, иногда спортивные соревнования - всё, что даёт возможность публичных выступлений, сосредоточения на себе всеобщего внимания. Сюда можно относить увлечение экстравагантной одеждой, привлекающей взоры

со всех сторон. Конечно, всё это будет существенно отличаться побудительными мотивами от неподдельного интереса к искусству или спорту, или, в случаях страсти к броской одежде, от наивного подражания моде. С целью привлечь к себе внимания могут избираться даже такие занятия, как изучение иностранных языков, литературная деятельность, увлечение стариной, рисование, попыткой стать знатоком в какой-либо модной области. Однако все эти занятия в подобных случаях преследуют всё ту же цель - демонстрацию своих успехов, привлечение внимания оригинальностью своих увлечений, желание возвыситься в глазах окружающих. Наиболее благоприятствуют этому истероидные черты характера. Азартные увлечения - картёжные игры, ставки на хоккейных и футбольных матчах, различного рода пари на деньги, увлечение спортлото и т.п. Виды увлечений могут меняться, но каждое из них питается чувством азарта. Этот род увлечений чаще всего встречается у эпилептоидных и гипертимных подростков.

Информативно-коммуникативные увлечения проявляются жадной информацией, не требующей никакой критической интеллектуальной переработки, а также потребностью во множестве поверхностных контактов, позволяющей этой информации обмениваться. Многочасовая болтовня со случайными приятелями, глазение на все происходящее вокруг, детективно-приключенческие фильмы, реже книги того же содержания, многие часы перед телевизором составляют содержание этого рода увлечений. Контакт и знакомства предпочитают такие же легкие, как и сама поглощаемая информация. Все усваивается на чрезвычайно поверхностном уровне и главным образом для того, чтобы тут же передать другим. Полученные сведения легко забываются, в их подлинный смысл обычно не вникают и каких-либо выводов из них не делается. Все это можно было бы считать не увлечением, а лишь манерой поведения, формой общения и т.п. Однако все это занимает время и место увлечений и, возможно, справедливо было бы расценено как самый примитивный их уровень. Обычно, если сам подросток заявляет, что у него никаких увлечений нет, речь идет на самом деле о подробном информативно-коммуникативном хобби. Этот род увлечений наиболее присущ неустойчивый и конформным подросткам.

Увлечения могут стать основой нарушения поведения подростков. Это происходит или в силу чрезмерной интенсивности хобби, когда ради него забрасывается учеба, работа, все дела и даже становится в опасность собственное благополучие, или в силу необычности, странности и даже асоциального содержания самих увлечений.

Реакция отказа от контактов, игр, пищи чаще возникает у детей, внезапно оторванных от матерей, семьи, привычного места жительства. Но это реакция также наблюдалась у инфантильных подростков, когда их насильно от привычной компании сверстников. У конформных подростков подобная реакция, но в смягченном виде, проявлялась при крутой ломке стереотипа жизни [5, 177].

2. Противоречия подросткового возраста

Собственно подростковый возраст начинается с 11-12 лет. В этом возрасте можно выделить две фазы – 10-12 лет и 12-15 лет.

Первая фаза часто бывает связана с резкими изменениями в характере человека. Некоторые черты и качества обостряются, а значит, становятся резко выраженными и порой отталкивающими. У подростка – бурная эмоциональная жизнь. И эмоции могут быть такими разнонаправленными, такими противоречивыми, что даже не верится, что они могут сосуществовать.

Резкие изменения, происходящие с личностью подростка, во многом связаны с перестройкой всего организма – ведь именно в этот период начинается половое созревание. Поэтому не удивительно, если подросток испытывает плохое самочувствие: неприятные ощущения в сердце, головокружения, периодические повышение и понижение артериального давления, скачки температуры, то возрастание аппетита, то его исчезновение. Эти биологические проявления могут негативно влиять на интеллектуальную деятельность, а значит, порой продуктивность учебы падает. Подобные проявления могут встречаться как у девочек, так и у мальчиков. Но у девочек физиологические изменения, связанные с половым созреванием, начинаются примерно на полтора года раньше, чем у их сверстников.

Но пока все только начинается – в двенадцать-тринадцать лет, – бывает очень нелегко пережить физиологическую бурю в организме и эмоциональную бурю в душе. Ведь в эти годы просыпается интерес к представителям противоположного пола, возникают первые влюбленности... Именно в подростковом возрасте начинается мучительный поиск ответов на очень непростые, "взрослые" вопросы: "какой я?", "каким я должен быть?", "как меня воспринимают другие люди?". Как сказал один остроумный психолог, подросток спрашивает себя со страхом: "Неужели я такой же, как все?" - и тут же ужасается: "Неужели я не такой, как все?" [4, 152].

С какой страстностью доказывают подростки родителям: "Я имею право! Ничего я не должен!", но случается, что стремление вырвать свои права сочетается с абсолютным нежеланием нести ответственность за то, что сделано – и в этом тоже парадокс возраста. Это не вина подростка, просто этому ему еще предстоит научиться.

Желание стать и выглядеть взрослым отражается и в стремлении быть современным. Порою это стремление оборачивается безоглядной борьбой со старым – и тогда в мусорную корзину летят прошлогодние джинсы "немодного покроя", а о романах Тургенева звучит презрительное: "Кто же это сейчас читает!". Категоричность суждений, критичность и свержение авторитетов и в то же время фанатичное поклонение избранным кумирам, например, звездам рок- или поп-музыки, и полнейшее игнорирование их недостатков – одно из ярких противоречий подросткового возраста.

С одной стороны, подросток стремится отделиться от взрослого, добиться автономности, а с другой – чрезвычайно нуждается в добром, спокойном и

умном старшем друге, который без назидательности и занудства сумел бы помочь. Помочь в поиске и освоении общих способов решения самых разнообразных задач, которые предлагает жизнь – логических, этических, социальных, личностных.

Если такого старшего (взрослого) друга не находится, то подросток устремляется на поиски решений в "свободном плавании". И его команда – сверстники. Одной из самых важных черт возраста является стремление к общению, группированию со сверстниками. Ведь именно там можно найти то, чего не хватает порой в общении с родителями – признание твоей взрослости и твоего права на независимость. И здесь мы снова встречаем парадокс – подросток очень высоко ценит независимость, но оказывается чрезвычайно зависим от мнения сверстников, своей компании. Он желает одеваться так, чтобы не быть похожим на других, и в то же время – часто одежда ребят из одной компании совершенно неотличима. Они похожи, как горошины из одного стручка.

В группе сверстников подросток получает те знания, ту информацию о жизни, которую по каким-то причинам он не может получить дома или в школе от учителей. И это совершенно нормально. Важно только, чтобы эта информация оценивалась подростками критически, поскольку во взаимном общении отроков порой возникают совершенно фантастические мифы – особенно о такой деликатной сфере, как отношения между полами [5, 52].

3. Проблемы развития Я

Развитие Я подростка происходит по очень замысловатой траектории. Это не прямой и равномерный путь – это скачки и откаты, это взлеты и падения. Вопросы о самом себе, попытки проанализировать себя как личность – это специфические черты именно подростков. Семилетний ребенок не терзает себя размышлениями "что я за человек?". Самосознание же подростка изменяется не столько количественно, сколько качественно, причем иногда очень быстро, резко, неожиданно.

Сначала подросток осознает отдельные свои поступки, обучается анализировать их, давать им оценку, потом он становится способен оценить свое поведение в целом. От анализа поведения он переходит к анализу и оценке своих нравственных качеств, характера, способностей. Для развития самосознания подростка особое значение имеют оценки и суждения о нем со стороны родителей, учителей, друзей. Ему очень нужны эти "живые зеркала", особенно в младшем подростковом возрасте, потому что они помогают ему разобраться в своей личности, в ее особенностях.

Интересно, что нравственные принципы и идеалы подростков бывают очень своеобразны и порой сильно отличаются от нравственных ценностей взрослых. Скажем, явно или неявно может провозглашаться такой постулат: "жалость – свойство слабых". Или: "Лучше оказаться дураком, чем трусом". Идеи, подобные последней, реализуются иногда в совершенно

бессмысленных испытаниях храбрости: ревущие двигатели мотоциклов, несущихся навстречу друг другу на пустынном ночном шоссе – кто свернет первым? Или хождение по перилам балкона на девятом этаже. Не показать свой страх другим – это главное. К сожалению, последствия такой демонстрации храбрости оказываются порой весьма трагичными.

"Я" подростка отражается в его увлечениях. Именно здесь оно находит наиболее яркое воплощение. Увлечения подростков весьма разнообразны: кто-то конструирует модели самолетов или кораблей, кто-то коллекционирует марки, кто-то активно занимается спортом, кто-то шьет, играет на гитаре или гоняет на картингах. Но в настоящее время есть два наиболее явно выраженных увлечения, объединяющих подавляющее большинство подростков: это современная музыка и компьютеры. Сами по себе эти увлечения не являются плохими или хорошими. Проблема возникает тогда, когда "одна, но пламенная страсть" заменяет собой все другие и заслоняет разнообразные богатства жизни.

Портреты поп-звезды на стенах комнаты, многочасовые стояния в подъезде с одной-единственной целью – увидеть своего кумира хотя бы мельком, страстные письма с признаниями в любви и многодневные слезы восхищения над пуговицей, оторванной у предмета поклонения в толпе таких же фанатов, - стоит ли ограничивать свою жизнь только этим?

Компьютеры – вещь, безусловно, необходимая в современном мире. Без владения информационными технологиями немислим в будущем, видимо, ни один вид профессиональной деятельности. Но восьми - десятичасовые битвы с виртуальными монстрами в какой-нибудь сетевой игре или ночные бдения с воспаленными глазами и беззвучной болтовней на чатах в Интернете – могут ли они заменить живое общение – глаза в глаза – с друзьями?

Есть о чем поразмышлять и что обсудить – и лучше – глаза в глаза...

Вторая фаза подросткового возраста. Человеческое Я проходит непростой путь. К 15-16 годам многое в человеке меняется. Между ним и двенадцатилетним – огромная разница. Сглаживаются резкие поведенческие проявления, уравниваются эмоции, более сдержанными становятся суждения, меньше – конфликтность.

В этом возрасте у человека появляются новые психологические особенности: самосовершенствование и самоопределение, которые связаны со стремлением стать интересным, умным, ярким, разносторонним; повышение значимости собственных ценностей; превращение частных самооценок отдельных личностных качеств в общее, целостное самоотношение.

Если раньше подросток достаточно обще оценивал себя по шкале "хороший – плохой", то теперь оценки осуществляются в разных направлениях для разных свойств и черт. Пятнадцатилетний человек в большей степени ориентируется при оценке себя на свое собственное мнение и анализ своих поступков, чем на мнения окружающих и поэтому порой ошибается – со стороны-то виднее.

Думать о себе хочется все-таки хорошо. Отсюда особенности этого возраста – повышенно оптимистический взгляд на себя, достаточная устойчивость

самооценки. В младшем подростковом возрасте самооценка скачет, как кузнечик – утром ребята высказали одобрение твоим "прикидом" – и ты считаешь себя самым славным парнем на свете, вечером услышал насмешку симпатичной девчонки – и ты ощущаешь себя окунувшимся в грязь.

Наше Я в это время открывает глубины собственного внутреннего мира. Мы вдруг понимаем, что мир внешний, реальный – это только один из возможных миров, а наше внутреннее содержание предоставляет нам неисчислимы богатства. Поэтому порой хочется побыть одному, поразмышлять, почитать "умные", философские книги. А отсюда – уменьшение количества друзей (при возрастании количества приятелей). Но и требования к друзьям высокие. Друг должен уметь выслушать все то сокровенное, чем хочется поделиться, уметь понять и принять мое самораскрытие.

Изменяется и отношение к взрослым. Они уже не противники, у которых надо отвоевать право на свободу и независимость. Умный взрослый – это замечательный собеседник, с которым можно построить доверительные отношения. Полного самораскрытия со стороны подростка, конечно же, взрослому ожидать нечего. Зато, если он покажется достойным, то может стать примером для подражания, имеющим какие-то черты, которые являются эталоном. Для старшего подростка идеальных взрослых нет. Но у одного взрослого имеется одна привлекательная черта, у другого – другая. Так, составив набор эталонов, можно смоделировать такой образ, по которому и можно начать целенаправленно строить свое Я [4, 90].

Заключение

Самое главное, что появляется у подростка в этот период и чем он резко отличается от младших ребят – это чувство взрослости. Подобного ощущения он никогда не испытывал раньше. И оно усиливается – хотя бы потому, что в зеркале подросток видит не малыша, а человека, у которого налицо признаки взрослеющего человека. Впрочем, довольно часто у подростков – и мальчиков, и девочек - вызывают негативное отношение некоторые особенности собственной внешности. Сколько страданий доставляют подросткам обоего пола такие естественные в этом возрасте и такие нежеланные прыщи! Не меньше проблем связано с неуклюжестью, угловатостью подростковых фигур, с излишней полнотой или неестественной худобой. Ведь так хочется выглядеть красивой (-ым) и привлекательной (-ым)!

Представление о себе как о взрослом человеке не может не влиять на поведение и манеру общения с людьми. Конечно же, трудно принять отношение к себе со стороны взрослых, "как к маленькому". Поэтому подросток демонстрирует порой грубость, упрямство, замкнутость, пытается доказать свое право на самостоятельность и независимость от внешних указаний. Он считает правомерным претендовать на отношение к нему, как

ко взрослому, желает оградить какие-то стороны своей жизни от вмешательства взрослых, подчеркнуто категорично высказывает свои взгляды, не совпадающие со взглядами взрослых.

Список литературы

1. Крылов А.А. Психология. – М.: ПРОСПЕКТ, 2002. – 584 с.
2. Немов Р.С. Общая психология. – М.: Просвещение – ВЛАДОС, 1995. – 576 с.
3. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика. – СПб.: Питер, 2003. – 496 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: ВЕЧЕ, 1998. – 428 с.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. – 736 с.

Глоссарий

Хореография

Балет (от франц. balleto и лат. ballo – танцюю) – вид театрально-музыкального искусства, в котором художественный образ создается с помощью хореографии, танцевально-пластического языка. Балетмейстер – автор и постановщик балетов, хореографических миниатюр, танцев.

Балерина (ит ал. ballerina – танцовщица) – название, используемое для обозначения профессиональной балетной танцовщицы. Мужской эквивалент этого слова – танцовщик. В разговорной речи встречается употребление слова «балерон», но это является нарушением норм литературного языка. Итальянское слово ballerina произошло от латинского ballo – танцюю. Термин начал использоваться со второй половины XIX века. Ранее являлся обозначением высшего ранга соло-исполнителей.

Волна – движение, при выполнении которого действительно кажется, что по телу танцора проходит волна.

Захлест– движение, при котором нога сгибается в колене, колено

смотрит в пол, пятка у ягодицы. С захлеста или через захлест можно делать шаги, т.е. стопа будет проделывать путь сначала вверх за себя, затем выноситься вперед в шаг. **Классический танец** – является определённым видом хореографической пластики. Повсеместно он признан одним из главных выразительных средств танца, и представляет собой исторически сложившуюся, упорядоченную систему движений, в которой нет ничего случайного или лишнего.

Народный танец – одна из основ любой хореографии. Он столь же разнообразен, как разнообразна жизнь и культура разных народов. Такое разнообразие танцев родилось из характера народов, его жизни и образа занятий.

Полупальцы – положение одной или двух ступней на полу, при котором пятки подняты и тяжесть корпуса находится на передней части ступни. Полупальцы могут быть низкими, средними и высокими.

Современный танец – это все направления танцевального искусства появившиеся после классического балета. Говоря о современных танцах, мы говорим обо всем культурном пласте конца 20 – начала 21 веков имеющем отношение к движению. Современные танцы – это очень широкое понятие, объединяющее в себе буквально все модные танцевальные течения. Появилось такое направление танца как «enjoy-dance», дословно – это «танец в удовольствии». В этом танце гармонично сочитаются классическая хореография и эротический танец. В результате получается нежный, чувственный, наполненный эротизмом танец, наполняющий красотой и вдохновением полета.

Танец – (польский *taniec*, от нем. *Tanz*), вид искусства, в котором средством создания художественного образа являются движения, жесты танцовщика и положения его тела.

Танец возник из разнообразных движений и жестов, связанных с трудовыми процессами и эмоциональными впечатлениями человека от окружающего мира. Движения постепенно подвергались художественному обобщению, в результате чего сформировалось искусство танец, одно из древнейших проявлений народного творчества. Первоначально связанный со словом и песней, танец постепенно приобрёл самостоятельное значение. Танец – это выражение мысли и чувства средствами условных движений – жестов и поз. Он исполняется под музыку, из которой черпает своё содержание.

Упражнения экзерсиса – основа любой хореографической подготовки. Они развивают физические качества, необходимые для профессионального выполнения движений практически любой танцевальной техники: выворотность, эластичность и силу мышц ног и спины, правильную постановку корпуса, рук и головы, устойчивость, координацию движений. 64 Свои виды экзерсиса

разработаны и в других видах танца. Упражнения у палки являются обязательной составной частью уроков академического характерного и народно-сценического танцев.

Хореография – (от греч. *Chorea* – пляска и *графия* – писать), первоначально – запись танца, затем – искусство сочинения танца. Но смысл этого слова стал значительно шире, и понятие «хореография» в настоящее время включает в себя всё то, что относится к искусству танца: профессиональный классический балет и народные танцы, и бальные, и современные – всё это называется хореографией. Понятие хореография охватывает различные виды танцевального искусства, где художественный образ создаётся с помощью условных выразительных движений. **Экзерсис**– (фр. *exercice* – «упражнение», от лат. *exercitium*) – комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений у учащихся либо артистов балета.