



Пояснительная записка	3	<b>Соде ржа ние</b>
Учебно-тематический план	13	
Содержание изучаемого курса	18	
Методическое обеспечение программы	37	
Диагностическое обеспечение программы	41	
Календарный учебный график	43	
Приложения	55	
	56	

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадно-спортивный танец» объединения «Каприз» относится к программам художественной направленности.

Данная программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Законом об образовании в РФ, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, с Программой развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях, Концепцией развития дополнительного образования, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726, Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»; письмом Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № 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»);

Порядк коорганизации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196; Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей», Протокол от 30.11.2016 №11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам; Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 сентября 2010 г. №116 «Об утверждении СанПиН 2.2.2/2.4.2732-10 «Изменение №3 к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы», методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Министерством образования и науки РФ.

Танец – одно из средств художественно-эстетического воспитания детей. Ему отводится особое место в процессе физического развития ребенка, поскольку, являясь выразительным средством обучения, танец обеспечивает интенсивную физическую нагрузку, развивает навыки совместных согласованных действий и творческую активность детей, доставляя большое удовольствие и радость.

**Новизна программы** заключается в комплексном использовании трех методов: метода музыкального движения, метода хореокоррекции и методики партерного, она не ограничивается одной узкой направленностью, а объединяет работу по различным взаимосвязанным между собой направлениям хореографии это: современный танец (джаз – модерн, R&B, хип-хоп), народный танец, классический танец, гимнастика (акробатика).

**Актуальность** данной программы заключается в том, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Танцевальное объединение является наиболее массовой, общедоступной формой приобщения обучающихся к танцевальному искусству. Работая на сцене, ребенок учится не только основам хореографического искусства, а развивает в себе такие индивидуальные качества, как уверенность в себе, умение разбираться в музыке, формируется внутренняя культура, выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, внимательность к окружающим.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;
- воспитывает коммуникативные способности детей, развивает чувство «локтя партнёра», группового, коллективного «ансамблевого» действия;
- способствует развитию мышечной выразительности тела, формирует фигуру осанку, устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье;

- формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координированно танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпорию, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- пластическими средствами и мимикой выражает разнообразную гамму чувств и настроений; даёт правильное направление развитию многообразия эмоциональных проявлений, гуманистических чувств, стремлению к сотрудничеству и положительному самоутверждению;
- способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностного взаимодействия;
- пробуждает интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и воспитывает толерантность к национальным культурам других народов.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования.

**Педагогическая целесообразность** определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной образовательной программы по обучению хореографии.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у обучающихся чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

**Основные концептуальные подходы** педагога в работе с детьми во многом определяют специфику содержания программы, её цели-задачи, структуру, принципы, методы и приёмы, соотношения часов по тем или иным разделам.

Создание детского хореографического коллектива, вовлекающего ребенка в творческий процесс посредством танца. Создание условий для полноценной духовной жизни.

Основной задачей программы является формирование у обучающихся танцевальных знаний, умений, навыков на основе овладения программным материалом. Используя разнообразные и доступные движения классического, современного, народного танца, гимнастики, можно создать танцевальный

репертуар, имеющий целью воспитание личности школьника, его гуманного отношения к людям, идейно-нравственной направленности, формирование в нем глубокого эстетического чувства.

**Цель программы** приобщение детей к искусству хореографии, в процессе освоения различных танцевальных направлений (классический танец, эстрадно-джазовый танец, джаз – модерн, R&B, хип-хоп, народный танец).

**Задачи программы:**

Общекультурный (ознакомительный) этап (1 год обучения):

*1. Обучающие:*

- приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание;
- познакомить детей с основными понятиями искусства танца, определить задатки каждого ученика к занятиям танцевальным искусством;
- научить детей правильно красиво ходить, держать спину;
- обучить элементарным ритмическим упражнениям на развитие подвижности шеи, рук, коленного и голеностопного суставов.

*2. Развивающие:*

- развивать начальные физические данные детей посредством занятий партерной гимнастикой, развить чувство ритма;
- развивать музыкальность ребенка посредством участия в развивающих играх.

*3. Воспитательные:*

- воспитывать аккуратность, пунктуальность, вежливость, дисциплинированность, эмпатию и коммуникативность.

Общекультурный (базовый) этап (2, 3 год обучения):

*1. Обучающие:*

- учить детей управлять движениями рук, ног, головы в разных направлениях и в различных темпах, соединяя с прыжками,
- разучивать новые более сложные движения, соединять их в небольшие комбинации,
- учить ориентироваться в танцевальном зале, дать понятие «танцевального рисунка».

*2. Развивающие:*

- продолжить развитие физических данных детей, их эмоциональности, выполнения творческих игровых заданий;
- развивать критичность и самокритичность.

*3. Воспитательные:*

- продолжить воспитание выносливости, вежливости, эмпатии, доброжелательного отношения к товарищам.

Углубленный этап (совершенствование мастерства (4, 5, 6 год обучения):

*1. Обучающие:*

- учить детей правильно держаться на сцене, ориентироваться в ее пространстве, - учить держать рисунок танца, ровняться, обращаться с партнером по танцу и с реквизитом;
- познакомить детей с устройством сцены, законами сцены.

*2. Развивающие:*

- развивать смелость перед выходом на зрителей,
- дальнейшее развитие техники исполнения простых танцевальных движений, выносливости;

- развить самооценки и чувства коллективизма;

### 3. Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности каждого ребенка за успех общего дела;

- бережное отношение к сценическому костюму и реквизиту;

Выступлений, организованность во время репетиций и концертных номеров

**Возраст детей.** Существуют некоторые возрастные особенности детей, без учета которых невозможно верно определить содержание и направление обучения, методы и приемы воспитания в детском танцевальном коллективе.

В танцевальное объединение принимаются здоровые дети в возрасте от 6 до 17 лет. Все они объединяются обычно в 4 возрастные группы:

- подготовительную (6-7 лет),

- младшую (8-9 лет),

- среднюю (10-13 лет),

- старшую (14-16 лет).

Основная форма работы – обучающие и развивающие занятия в группах, а также индивидуальные занятия.

Дополнительная форма работы – консультации педагога и психолога с родителями и детьми. Принимаются все желающие дети с 6-летнего возраста (без ограничений и независимо от наличия у них природных и специальных физических данных).

Количество детей в группах 1-го и 2-го года обучения может быть 15-17 человек, учитывая, что здесь ведутся групповые занятия, требующие большого количества исполнителей.

Количество детей 3-го и последующих лет обучения должно быть не более 12 человек, что дает возможность для более эффективной работы. В группах с таким количеством детей можно вести работу по профориентации.

### **Срок реализации программы – 6 лет.**

Этапность в обучении является «ступенчатой» формой организации учебно-воспитательной деятельности и отвечает дидактическому принципу доступности и последовательности.

Этапы работы:

- ознакомительный – 1 год, возраст 6-7 лет;

- базовый – 2 года, возраст 8-9 лет;

- углубленный (постановочный) – 1 и более, возраст 14-17 лет.

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрастному цензу, степени индивидуализации подходов и совпадают с годовыми циклами обучения.

**Первый этап (1-ый год обучения, ознакомительный)** - этап познания и освоения ритмики и эстрадного танца с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азбуки ритмики, азбуки танца, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков-фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребёнка.

При этом надо учитывать, что для младших школьников характерно слабое развитие мышц, дети быстро устают от физических нагрузок. Из-за слабости мышц спины они не способны долго удерживать корпус в подтянутом положении. Педагог должен обратить внимание на укрепление и развитие мышц.

Слабость дыхательных мышц, недостаточно развитая сердечно-сосудистая система – все эти особенности требуют от педагога очень осторожного увеличения физической нагрузки и чередования быстрых темпов с умеренными и медленными.

У детей младшего школьного возраста недостаточно развит анализаторный аппарат: зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность. Развитие органов чувств, сенсорных умений и совершенствование восприятия – первоочередная задача обучения.

Способности у детей младшего школьного возраста быстро развиваются посредством упражнений и этот возраст является благоприятной опорой для занятий танцем.

**Второй этап (2-й и 3-й год обучения) - базовый этап** дальнейшего изучения основ хореографии с элементами свободной пластики, усложненных форм партерной гимнастики, создания несложной и посильной репертуарной программы, освоение игрового этюдного материала, основ актёрской выразительности, способности к музыкально-танцевальной импровизации и первичным формам концертного публичного исполнительства.

У подростков по сравнению с младшими школьниками имеются объективные возможности для успешных занятий танцем – лучше развита моторика, чувство ритма, умение передать характер, стиль танца, - этот возраст имеет и некоторые свои сложности, которые нельзя не принимать во внимание.

**Третий этап (4-й – 6-ой год обучения, углубленный) -**

этап совершенствования уже полученных на первом и втором этапах хореографических навыков, знаний и умений. Обучающиеся оттачивают основы школы классического танца, импровизируют более сложный материал, изучают концертные номера и совершенствуют навыки актерского мастерства. Проходят специальные тренинги на развитие внимания, тренировку памяти, мышления и воображения, умение перевоплощаться. При постановке номеров каждый обучающийся четко знает свою роль в танце, свое выражение, любая поза или рисунок – все оправданно и работает на одну задачу. На постановочном этапе ребенок выразителен, энергичен, технически подготовлен. Все это позволяет, в конечном итоге, осуществить постановку детских танцевальных спектаклей.

**Режим занятий**

Учебный курс 1года обучения - 144 часа (2 раза в неделю по два занятия, длительностью 45 минут каждое с динамическим интервалом не менее 5 минут);

2-4 годов обучения - 216 часов (3 раза в неделю по два занятия, длительностью 45 минут каждое с динамическим интервалом не менее 5 минут).

Индивидуальные занятия, начиная с 1 года обучения, проходят 1 раз в неделю по 45 мин.

При принятии решения в образовательной организации об организации учебного процесса в дистанционном режиме, обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе проводится в соответствии с учебно-тематическим планом (приложение 2).

Продолжительность онлайн-занятия, а также время самостоятельной работы младших школьников за компьютером, планшетом или другим электронным носителем не должно превышать 20 минут (для обучающихся 1-2 классов), 25 минут (для обучающихся 3-4 классов).

Продолжительность онлайн-занятия для обучающихся среднего и старшего школьного возраста - 30 минут.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки к концу 1 этапа обучения**

#### **1. Предметные:**

Обучающиеся должны знать:

- следующие движения: припадания, боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку, уметь исполнить переменный шаг;
- позиции ног и рук классического танца; уметь правильно исполнить два подготовительных пор де бра.
- правила постановки ног у станка;
- положение ног сюр ле ку де пье – «условное», «обхватное».
- разницу между круговым движением и прямым (на примере батман тандю и рон де жамб пар тэр);

Обучающиеся должны уметь:

- правильно пройти, в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- при двухтактовом вступлении вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения;
- использовать первоначальные навыки актерской выразительности;
- распознавать характер старинной музыки, уметь исполнить элементы русского танца;
- передавать в простых танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
- исполнять простейшие элементы русского народного танца, такие как притоп, припадание, «ковырялочка», хлопучки в простейших ритмических рисунках;
- учащиеся освоят постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца.

#### **2. Метапредметные:**

Познавательные УУД

- формирование первоначальных представлений о значении общей физической подготовки для укрепления здоровья ребенка (физического, социального и психологического);
- формирование первоначальных представлений о позитивном влиянии танцевальной акробатики на развитие ребенка (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- формирование первоначальных знаний о танцевальной акробатике и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- овладение лексикой и техническими приемами с помощью педагога.

Регулятивные УУД

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

## Коммуникативные УУД

- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

## 3. Личностные

- сила, выносливость, смелость, воля, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- развитие творческих способностей детей (внимание, мышление, воображение, фантазия);
- развитие чувства «локтя партнёра», группового, коллективного «ансамблевого» действия.

## Ожидаемые результаты и способы их проверки к концу 2 этапа обучения

### 1. Предметные:

Обучающиеся должны знать:

- правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;
- освоить положения «стоя боком к станку, держась одной рукой»;
- различать особенности маршевой, спортивной, военной, вальсовой и т.д. мелодий;
- основные термины классического танца.

Обучающиеся должны уметь:

- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и разном направлении, сочетая их с движениями рук и головы;
- на основных элементах классического танца выработают осанку, натянутость ног;
- будут уметь исполнять прелюдии в начале исполнения движения и закрывание руки на последние два аккорда;
- исполнять простые движения народного танца - ход, притоп, положение рук;
- иметь навык выворотного положения ног;
- импровизировать простую комбинацию из предложенных современных движений.

### 2. Метапредметные:

Познавательные УУД

- самостоятельное представление о значении общей физической подготовки для здоровья (физического, социального и психологического);
- самостоятельное представление о позитивном влиянии танцевальной акробатики (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- самостоятельное применение знаний о танцевальной акробатике в учебной деятельности;
- умение самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- овладение лексикой и техническими приемами с помощью педагога.

Регулятивные УУД

- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

#### Коммуникативные УУД

- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

#### 3.Личностные:

- сила, выносливость, смелость, воля, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- развитие творческих способностей детей (внимание, мышление, воображение, фантазия);
- развитие чувства «локтя партнёра», группового, коллективного «ансамблевого» действия.

#### **По окончании третьего этапа обучения**

##### 1.Предметные:

Обучающиеся должны знать:

- правила основных движений классического танца;
- знать подготовительное движение рук, уметь правильно открывать и закрывать руку на талию;
- знать положение стопы, колена, бедра-открытое, закрытое;
- уметь исполнять движение на мелодию с затактом;
- исполнить следующие движения: переменный ход, «веревочка», притопы, припадания и т.д.

Обучающиеся должны уметь:

- исполнять несложные комбинации из изученных на предыдущих годах элементов классического танца с переменной направления и чередованием длительностей;
- исполнять простые прыжки классического танца;
- научатся держать точку при вращениях по шестой позиции;
- научатся исполнять в народном танце дробь, «верёвочку», «ключ»; освоят простейшие элементы украинского танца (притоп, выхилильник, бег, положение рук);
- выполнять движения классического танца у станка и на середине зала в ускоренном темпе; творческой импровизации в выборе различных видов хореографии танцев;
- самостоятельной подготовки к занятиям;
- основ дыхания в танце;
- самостоятельного проведения отдельных частей танцевального занятия;
- межличностного общения в условиях «здоровой» конкурентности.

##### 2.Метапредметные:

Познавательные УУД:

- самостоятельно разучивать новые более сложные движения, соединять их в небольшие комбинации;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим

состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- самостоятельное применение знаний о танцевальной акробатике в учебной деятельности;

– умение самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;

– овладение повышенной сложности лексикой и техническими приемами различных стилей хореографии.

Регулятивные УУД:

- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– приобретение навыков совместной продуктивной деятельности, сотрудничества, взаимопомощи, планирования и организации;

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

– освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

Коммуникативные УУД:

- готовность слушать собеседника и вести диалог;

– готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

– излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

3. Личностные:

- сила, выносливость, смелость, воля, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;

– развитие творческих способностей детей (внимание, мышление, воображение, фантазия);

– развитие чувства «локтя партнёра», группового, коллективного «ансамблевого» действия.

На основании методических рекомендаций МБУ «ЦИМС образования» при Управлении образования администрации Соликамского городского округа по организации в образовательных учреждениях и объединениях дополнительного образования воспитательной работы с обучающимися, к данной программе прилагается план воспитательной работы (приложение 3)

**Учебно-тематический план  
1-й год обучения**

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов			Форма занятий	Форма подведения итогов
		Общее количество	Теория	Практика		
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
	Вводное занятие. «Радостные» поклоны.	2	1	1	Инструктаж	Опрос
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>		
	От простого хлопка – к прыжку	2		2	Показ, демонстрация	Повторение
	Три жанра музыки (песня, танец, марш)	6	2	4	Объяснение, Рассказ	Опрос, закрепление
	Танцевальные шаги и перестроения	10	2	8	Показ, демонстрация	Закрепление, наблюдение
	Движения в образах любимых героев мультфильмов	2		2	Объяснение, упражнение	Закрепление, наблюдение
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
	Элементарные основы народной хореографии	12	2	10	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Движение и повороты (на месте и на шагах)	8		8	Упражнение	Закрепление
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
	Постановка корпуса. Позиции ног, рук.	6	2	4	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Партерный экзерсис	14		14	Упражнение	Закрепление
<b>IV</b>	<b>Импровизация</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		
	Эмоции в танце	8	2	6	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Освоение танцев - образов	8	2	6	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
<b>V</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>		
	Знакомство с основными группами мышц, необходимость разогрева	2	2		Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Развитие силы и выносливости	10		10	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Укрепление и развитие мышц ног	6		6	Упражнение	Закрепление
	Итоговый стрейчинг	2		2	Упражнение	Закрепление
	Развитие навыков расслабления	6		6	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	<b>Постановочная работа</b>	<b>38</b>		<b>38</b>		
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>				

**Учебно-тематический план  
2-й год обучения**

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов			Форма занятий	Форма подведения итогов
		Общее количество	Теория	Практика		
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	Вводное занятие. Вариации национальных поклонов	2		2	Инструктаж, демонстрация	Повторение
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
	Строение музыкальной речи	6	2	4	Показ, демонстрация	Повторение
	Построение и перестроения	14		14	Объяснение, Рассказ	Опрос, закрепление
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>		
	Особенности построений и рисунков русских хороводов: «круг», «два круга рядом», «круг в круге»	10	2	8	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Позиции рук, движение рук. Поклон.	2		2	Упражнение	Закрепление
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>46</b>		<b>46</b>		
	Экзерсис у палки	18		18	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Экзерсис на середине зала	14		14	Упражнение	Закрепление
	Прыжки (аллегро)	14		14	Упражнение	Закрепление
<b>IV</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>56</b>		<b>56</b>		
	Комплекс упражнений, для развития разных типов мышц	12		12	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Укрепление и развитие мышц ног	8		8	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Партерный парный стрейчинг	16		16	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Акробатика	20		20	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
<b>V</b>	<b>Современный танец</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>		
	Изоляция	4	2	2	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Позиции рук и ног джазового танца	2		2	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»	12		12	Упражнение	Закрепление
	<b>Постановочная работа</b>	<b>60</b>		<b>60</b>		
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>				

**Учебно-тематический план  
3-й год обучения**

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов			Форма занятий	Форма подведения итогов
		Общее количест	Теория	Практика		
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	Вводное занятие. Многовариантность поклонов	2		2	Инструктаж, демонстрация	Повторение
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
	Строение музыкальной речи. Музыка в жизни человека	6	2	4	Показ, демонстрация	Повторение
	Построение и перестроения на различный темп музыки	14		14	Объяснение, Рассказ	Опрос, закрепление
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>		
	Особенности построений и рисунков русских хороводов: «Корзиночка», «Восьмерка»	10	2	8	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Позиции рук, движение рук. Как обращаться с платочком	2		2	Упражнение	Закрепление
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>46</b>		<b>46</b>		
	Экзерсис у палки	18		18	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Экзерсис на середине зала	14		14	Упражнение	Закрепление
	Прыжки (аллегро)	14		14	Упражнение	Закрепление
<b>IV</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>56</b>		<b>56</b>		
	Комплекс упражнений, для развития разных типов мышц	12		12	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Укрепление и развитие мышц ног	8		8	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Партерный парный стрейчинг	16		16	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Акробатика	20		20	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
<b>V</b>	<b>Современный танец</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>		
	Изоляция: сочетание изолированных центров	6	2	4	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»	12		12	Упражнение	Закрепление
	<b>Постановочная работа</b>	<b>60</b>		<b>60</b>		
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>				

**Учебно-тематический план  
4-й год обучения**

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов			Форма занятий	Форма подведения итогов
		Общее количест	Теория	Практика		
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	Вводное занятие. Танец-поклон	2		2	Инструктаж, демонстрация	Повторение
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>		
	Художественное восприятие музыки. Искусство как Образная модель окружающего мира.	2	2		Объяснение, Рассказ	Опрос, закрепление
	Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки	2	1	1	Рассказ, демонстрация	Опрос, закрепление
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>12</b>		<b>12</b>		
	Основные элементы народного танца: дробь, «переборы», «дробная дорожка»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные комбинации	6		6	Упражнение	Закрепление
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>60</b>		<b>60</b>		
	Экзерсис у палки	20		20	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Экзерсис на середине зала	20		20	Упражнение	Закрепление
	Прыжки (аллегро)	20		20	Упражнение	Закрепление
<b>IV</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>50</b>		<b>50</b>		
	Стрейчинг	18		18	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Акробатика	20		20	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Силовые упражнения	12		12	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
<b>V</b>	<b>Современный танец</b>	<b>18</b>		<b>18</b>		
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	<b>Постановочная работа</b>	<b>68</b>		<b>68</b>		
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>				

**Учебно-тематический план  
5-6 год обучения**

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов			Форма занятий	Форма подведения итогов
		Общее количест	Теория	Практика		
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	Вводное занятие. Танец-поклон	2		2	Инструктаж, демонстрация	Повторение
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>		
	Художественное восприятие музыки, её оценка.	2	2		Объяснение, Рассказ	Опрос, закрепление
	Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки	2	1	1	Рассказ, демонстрация	Опрос, закрепление
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>12</b>		<b>12</b>		
	Основные элементы народного танца: «Моталочка», «Веревочка»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные комбинации	6		6	Упражнение	Закрепление
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>60</b>		<b>60</b>		
	Экзерсис у палки	20		20	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Экзерсис на середине зала	20		20	Упражнение	Закрепление
	Прыжки (аллегро)	20		20	Упражнение	Закрепление
<b>IV</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>50</b>		<b>50</b>		
	Стрейчинг	18		18	Объяснение, демонстрация	Опрос, упражнение
	Акробатика	20		20	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
	Силовые упражнения	12		12	Объяснение, демонстрация	Закрепление, упражнение
<b>V</b>	<b>Современный танец</b>	<b>18</b>		<b>18</b>		
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп»	6		6	Объяснение, демонстрация	Упражнение, закрепление
	<b>Постановочная работа</b>	<b>68</b>		<b>68</b>		
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>				

## Содержание изучаемого курса 1 год обучения.

### Раздел 1. Вводное занятие.

*Теория.* На первом занятии происходит знакомство с коллективом, во время которого желательно узнать данные о детях и их родителях. Кроме того, на этом занятии необходимо:

- рассказать детям о ЦРТДЮ, его истории, о кружках, которые в нем работают;
- познакомить детей с танцевальным коллективом, рассказать о старших группах и о наиболее интересных выпускниках;

*Практика.*

- «Радостные» поклоны – психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой.

Начальная диагностика.

### Раздел 2. Азбука музыкального движения.

#### 1. От простого хлопка – к притопу.

*Практика.* Развитие метро-ритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок, например, повторяя его за педагогом. Простейшие виды хлопков-притопов в различных метро-ритмических сочетаниях.

Хлопки: «Ладушки», «Блинчики», «Тарелочки», «Бубен», «Колокола», «Колокольчики», «Ловим комариков».

Хлопки в парах: «Стенка», «Большой бубен», «Крестики».

#### 2. Три жанра музыки (песня, танец, мари).

*Теория.* Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки – веселая, грустная, спокойная; темп – медленный, умеренный, быстрый.

*Практика.* Движение характере и темпе музыки.

#### 3. Танцевальные шаги и перестроения.

*Теория.* Различные виды танцевальных шагов и перестроений.

*Практика.* Танцевальные шаги: с носка, на полупальцах, легкий бег, шаги с подскоком. Спокойная ходьба (прогулка). Шаг на всей ступне (топающий). Хороводный шаг (плавный). Переменный шаг. Боковой приставной шаг.

Шаг на носках: пружунящий, крадущийся, боковой («крстик»), шаг окрестный вперед-назад («косичка»), семенящий («плавающий»).

Шеренга, колонна, цепочка, перестроение.

#### 4. Движения в образах любимых героев мультфильмов.

*Практика.* Танцевальные шаги в образе животных, героев из мультфильмов под различный музыкальный темп, ритм.

### Раздел 3. Элементы народного танца.

#### 1. Элементарные основы народной хореографии.

*Теория.* Ознакомление с музыкой и танцами народов своей национальности, с русским танцем. Прекрасное в образах сказочных героев, например Иванушки и Царь-девицы из балета «Конек-Горбунок» по сказке Ершова.

*Практика.* Разучивание элементов русского танца. Вытягивание ноги в сторону и вперед с переворотом с носка на каблук. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям, тройной притоп.

Исходные позиции рук: внизу, впереди, вверху, в стороны, за спиной. Открытые или закрытые.

«Поясок», «Кулачки на бочок», «Полочка», «Матрешка», «Юбочка», «Фартучек».

Движения рук: раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе. «Ветерок», «Ленточки», «Крылья», «Поющие руки», «Моторчик».

Положение рук в парном танце:

- Дети стоят рядом: «Стрелка», «Воротики», «Плетень», «Бантик», «Саночки».
- Дети стоят, соединив одноименные плечи: «Бараночка», «Вертушка», «Звездочка», «Двойной поясок».
- Дети стоят лицом друг к другу: «Лодочка», «Воротики», «Крестик».

Положение рук в общем круге: подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.

## **2. Движение и повороты вправо, влево (на месте и на шагах).**

*Практика.* Притоп, «Три притопа», притоп поочередно двумя ногами, притоп в сочетании с «точкой», «Елочка», «Большая гармошка», «Топотушка», поворот вокруг себя (кружение), расческа.

## **Раздел 4. Элементы классического танца. 1. Постановка корпуса. Позиции ног, рук.**

*Теория.* Элементарные сведения о классическом танце. Классический танец – основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки классического танца.

*Практика.* Упражнения на осанку. Позиции ног: 1, 2, 3, 6. Положение и позиции рук: Подготовительная, 1, 3, 2 –я позиции. Положение рук за платье у девочек. Полуприседание (деми плие) по 1, 2, 3-й позициям. Вытягивание ноги (батан тандю) в сторону, вперед из 1-й и 3-й позиций. Прыжки по 6-й позиции. Подъем на полупальцах (релеве) по 6-й и 1-й (полувыворотной) позиции.

Подскоки на месте (соте) по 6-й позиции.

## **2. Партерный экзерсис.**

*Практика.* Упражнения на развитие стопы, лежа спиной на коврике, руки за головой: стопы на себя, вытянуть; круговые движения стопой; по 6-ой и 2-ой позиции. Упражнение на выворотность стопы. Упражнения на выворотность бедра. «Складочка». «Коробочка». «Лягушка». «Цветок». Упражнение на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку (шпагаты). Батманы. Упражнения на укрепление мышц живота. Прыжки по первой позиции.

## **Раздел 5. Импровизация.**

*Теория.* Выразительная пластика.

*Практика.* «Танцующие человечки - эмоции». Эстафета полярных эмоций. Выразительная пластика в образе животных: добрый котенок, злая кошка, цирковая лошадка, усталая лошадка. Освоение танцев – образов: «веселые барабанчики», «бедный шарманщик», «Буратино», «Лучики», «Часики», «Едем на лошадке». Крадущийся шаг. Спортсмены: играют в волейбол, плывут на байдарке.

Оправдай: позу, зеркало, обезьянку.

Одновременные движения рук вверх, вперед, в сторону... мягкие, жесткие. Шаг с приставкой, с координацией рук, в образах.

### **Раздел 6. Партерная гимнастика.**

*Теория.* Знакомство с основными группами мышц, необходимость разогрева.

*Практика.* Упражнения на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса. Укрепление мышц брюшного пресса. Укрепление и развитие мышц спины. Подвижность в суставах: вращения. Укрепление и развитие мышц ног (стопа, колено, бедро, приседание). Игровой стретчинг «Птичий двор» (растяжка, наклоны и другие слитные гимнастические упражнения). Развитие навыков расслабления. Дыхательная гимнастика.

### **Раздел 7. Постановочная работа.**

*Теория.* Ориентация в пространстве танцевального зала. Знакомство со сценой и ее составляющими (например, кулиса, авансцена). Правила поведения на сцене и за кулисами.

*Практика.* Танец-игра, его особенности и характер (отразить в пластике образы животного мира, создание кукольных образов). Музыкально-танцевальная игра «Лавата». «Буги-вугги». Музыкально-танцевальная игра «Если весело живется». «Гопак». «Вальс». «Мы в поезде».

### **Раздел 8. Итоговое занятие.**

Итоговое занятие на 1-ом году обучения обычно проводится в виде открытого занятия (промежуточная аттестация).

Открытое занятие проводится с целью ознакомления родителей с процессами занятий, в которые вовлечены дети. Целесообразней проводить его в конце первого полугодия. Желательно на него пригласить представителей администрации и коллег-педагогов.

На открытом уроке должны быть представлены все элементы программы, над которыми идет работа. На открытом уроке необходимо показать работу всех детей без исключения.

- групповые упражнения
- индивидуальные упражнения
- показ готовых и репетиционных работ
- подведение итогов урока с детьми
- беседа с родителями

Возможно, также итоговое занятие провести в форме отчетного концерта, который формируется из лучших номеров, над которыми шла работа в течение года.

На отчетном концерте должны быть показаны все дети.

Программа концерта обсуждается с детьми примерно за месяц до показа. Закончив концерт, нужно провести его обсуждение с родителями и представителями администрации. Обсуждение с обучающимися лучше всего проводить на следующем занятии.

## 2-ой год обучения

### Раздел 1. Вводное занятие.

Вводное занятие. Вариации национальных поклонов. Поклоны партнеру, педагогу. Танец-поклон «Улыбка» (муз. Шаинского).

### Раздел 2. Азбука музыкального движения.

Включает весь материал предыдущего года.

*Теория.* Строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза), длительности.

*Практика.*

Строение музыкальной фразы: игра «Лужа», игра «Снежинки». Передача в движении применения темпа. Построение и перестроения. Шаги с акцентом на «раз» по четыре и три шага. Многообразие метро-ритма музыкального этноса. Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Комбинирование различных видов шагов, различных видов бега между собой; прыжки в различных рисунках на месте и с продвижением по разным направлениям с одновременными движениями головы и рук. Музыкальные регистры – Игра «Кто живет в лесу».

### Раздел 3. Элементы народного танца

*Теория.* Особенности построений и рисунков русских хороводов: «круг», «два круга рядом», «круг в круге».

*Практика.* Простые шаги русского танца: основной шаг с продвижением вперед; основной шаг с продвижением назад. Группа «притопов», «переступаний», «дробей» (подготовка) Движение на месте, «ковырялочка», тройной притоп. Позиции рук, движение рук. Поклон.

### Раздел 4. Элементы классического танца.

*Теория.* Беседа «Классический танец, как высшая форма современного балета»

*Практика.* Выдвижение ноги (батман тандю) назад из 1-й и 3-й позиций.

Выдвижение ноги с полуприседанием (батман тандю деми плие). Поднимание ноги на 25 градусов (релеве лян). Деми рон де жамб (вперед и в сторону). Пор де бра. Экзерсис у палки. Экзерсис на середине зала.

Прыжки (аллегро):

- sauté;
- changement de pieds;
- pas eshare на вторую позицию;
- pas balance;
- pas jete.

### Раздел 5. Партерная гимнастика.

*Теория.* Различные отделы позвоночника и их специфика. Суставы и механизм их работы. Понятие о линиях корпуса.

*Практика.* Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого корпуса (наклоны, отжимания, силовые упражнения, движения на координацию и т.д.). Укрепление и развитие мышц ног (стопа, колено, бедро, приседание). Упражнение для вытянутости ног «в воздухе». «Уголок». «Свеча». «Складочка». Grand battement jete (бросок ноги на 90°). Партерный парный стретчинг. Акробатика: стойки, «колесо», «рондат», «стойка-мост».

### Раздел 6. Современный танец.

*Теория.* Характер массового танца, необходимость слаженности движений, ритмическая точность. Танец – игра, его особенности и характер.

*Практика.*

Изоляция (голова, шея, плечевой пояс, грудная клетка, пелвис, руки и ноги). На данном году обучения все движения изучаются в «чистом» виде, причем возможно исполнение 2-мя способами: медленное сжатие и расширение. Соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Позиции рук и ног джазового танца.

Позиции ног:

- параллельная – стопы вместе;
- 1 – аут – аналогичная 1-ой позиции классического танца;
- 1-ин – пятки направлены наружу, носки соединяются вместе;
- 2 параллельная;
- 2-аут – аналогичная классической позиции.

Позиции рук:

- press-роз. – локти и ладони впереди на бедрах;
- V-роз. Вверху – руки вытянуты и немного разведены в сторону, ладонями вперед;

- Первая позиция:

- а) руки вытянуты вперед на уровень солнечного сплетения;
- б) руки вытянуты в локтях и направлены по диагонали – V-роз.вперед;
- в) руки согнуты в локтях и ладони находятся у груди – 1 закрытая позиция, А-положение; г) руки согнуты в локтях, которые опущены вниз, кисти около плеч, Б-положение;

- Вторая позиция:

- а) руки вытянуты в локтях на уровне плеч, ладонь может быть повернута вверх, вниз, в сторону; б) вторая сокращенная позиция. Локти согнуты, предплечья располагаются параллельно полу.

Кроссы в силе «Джаз-танца». Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз».

### **Раздел 7. Постановочная работа.**

1. «Полька дружбы» - парный, построен на шагах с наклонами корпуса, приседаниях, переходя к другому партнеру.

2. «Русский сувенир» - парный, построен на тройных шагах с хлопками, «ковырялочке», «маятнике», «ножниц» и т.д.

3. «Ягодка-клубничка» - массовый, построен на современных движениях.

4. «Разноцветная игра» - массовый эстрадный танец.

5. «Варись кашка»- массовый эстрадный танец.

6. «Волшебная страна» - массовый эстрадный танец.

### **Раздел 8. Итоговое занятие.**

Промежуточная аттестация. Итоговое занятие на 2-ом году обучения обычно проводится в виде отчетного концерта, который формируется из лучших номеров, над которыми шла работа в течение года. Итоговая диагностика.

Закончив концерт, нужно провести его обсуждение с родителями и представителями администрации. Обсуждение с обучающимися лучше всего проводить на следующем занятии.

### **3-й год обучения.**

#### **Раздел 1. Вводное занятие.**

Мужские и женские поклоны. Многовариантность поклонов. Танец-поклон.

#### **Раздел 2. Азбука музыкального движения.**

*Теория.* Музыка в жизни человека. Искусство вокруг нас. Искусство как хранитель культуры.

*Практика.*

*Строение музыкальной речи.*

- Метроритм: прохлопывание ритмических рисунков разной сложности руками, затем ногами; игра «Эхо», прохлопывание стихов, прохлопывание небольших музыкальных произведений.

- Паузы. Игра «Здравствуй, друг»

- Сильные и слабые доли: чередование хлопков рук с ударами ног, игра «Умный платочек»

- Строение музыкальной фразы: игра «Мост».

*Построение и перестроение.* Темп: 1) ходьба и бег в разных темпах; 2) выдерживание основного темпа – движение продолжаем при остановке музыки, игра «Ночь и день».

#### **Раздел 3. Элементы народного танца.**

*Теория.* Закрепление навыков и знаний первого, второго года обучения. Характер движений, входящих в танцы, построены на народных движениях.

Особенности построений и рисунков русских хороводов: «Корзиночка», «Восьмерка», «Улитка» и т.д.

*Практика.* Особенности построений и рисунков русских хороводов: «Корзиночка», «Восьмерка», «Улитка», «Змейка», «Колонна», «Улица», «Ворота», «Прочес» или «Гребень».

Позиции рук (4-е положения рук), движение рук. Как обращаться в танце с платочком: за конец, за середину. Поклон.

#### **Раздел 4. Элементы классического танца.**

*Практика.* С освоением и закреплением новых движений выстраивается экзерсис у станка, в котором упражнения исполняются в определенном порядке с постепенным включением в работу всех групп мышц:

1. Battement fondu (батман фондю)
2. Battement frappe (батман фrape)
3. Grand battment (гранд батман) и т.д.
4. Battment releve lent
5. Port de bras

*Экзерсис у палки:*

- petit battement на полупальцах;
- battement fondu на полупальцах;
- battement frappe на полупальцах;
- battement double frappe на полупальцах;
- rond de jambe en 1 air;
- port de bras с rond de jambe par terre на plie;
- battement developpe passe на 90 градусов.

*Упражнения на середине зала:*

- позы классического танца на 90 градусов;

- attitudes; - arabesques на 90 градусов;
  - temps li вперед; - port de bras I, II, III, IV;
- pas de bourree.

*Прыжки (allegro):*

- pas glissade;
- jete в маленьких позах;
- pas eshappe.

## **Раздел 5. Партерная гимнастика.**

*Практика.* Включает все упражнения 1-го и 2-го года обучения, направленные на укрепление и развитие разных типов мышц.

Упражнения на развитие гибкости

- Ходьба в приседе;
- Наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- Выпады и полушпагаты;
- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;
- Широкие стойки на ногах;
- Комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);
- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;
- Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Упражнения на формирование осанки

- Упражнения на проверку осанки;
- Ходьба на носках;
- Ходьба с заданной осанкой;
- Ходьба под музыкальное сопровождение;
- Танцевальные упражнения;
- Комплексы упражнений на контроль осанки в движении;
- Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета;
- Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Парные упражнения

- Стрейчинг в парах;
- Парная акробатика: основы балансирования;
- Парная акробатика: хваты;
- Поддержки;
- Парная акробатика: силовые упражнения;
- Упоры в парах;
- Стойки в парах;
- Равновесие в парах;
- Построение пирамиды

Акробатика.

- Упоры (присев, лёжа, согнувшись)
- Седы (на пятках, углом)

- Группировка, перекаты в группировке
- Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги)
- Кувырок вперед (назад)
- «мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки
- Элементы танцевальной и хореографической подготовки
- Начальное обучение акробатическим прыжкам.

## **Раздел 6. Современный танец.**

*Теория.* «Изоляция», «Биоцентриа», «Трицентриа». «Координация изолированных центров»

*Практика.*

*Изоляция.* Включаются комбинации 2-го года обучения. Сочетание изолированных центров – координация (координируются два, три, четыре центра в одновременном параллельном движении, затем координация нескольких центров во время передвижения).

- свинговое раскачивание головой и тазом вперед-назад;
- параллельное движение головы и таза из стороны в сторону;
- полукруги тазом и головой справа налево и слева направо;
- голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди назад и сзади вперед;
- голова исполняет наклон вправо, одновременно подъем левого плеча, то же в другую сторону;
- голова исполняет *sundari* (смещение шейных позвонков при нейтральном положении головы вперед-назад и из стороны в сторону), плечи – вверх-вниз;
- голова исполняет крест (круг, квадрат), в параллель движение таза;
- голова исполняет повороты вправо, влево, таз –вправо, нейтральное положение;
- круг головой и круг предплечьями;
- крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей.

Далее можно давать упражнения на координацию 3-х, 4-х и более центров (как повышенный уровень сложности)

*Кроссы в силе «Джаз-танца».* Изучение видов движений, используемых в кроссе: шаги, прыжки, вращения. Виды шагов :

- шаги примитива (афротанца);
- шаги в джаз манере;
- шаги в рок манере;
- шаги с мультипликацией;
- канканирующие шаги;
- связующие и вспомогательные шаги. Прыжки:
- с двух ног на одну;
- с одной ноги на другую с продвижением;
- с одной ноги на ту же ногу.

*Вращение:*

- повороты на двух ногах;
- повороты на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях.

Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз». Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн». Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп». Комбинации могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть в партере, связанные с положением *contraction* и *release*, спиралями и твистами торса, кувыркы и перекатов и т.п.

### **Раздел 7. Постановочная работа.**

Постановочный материал выбирает руководитель на своё усмотрение. Например: «Случай на пасеке». «Каникулы веселого режима». «Цветы Нимфеи». «С новым годом». «Дело было вечером». «За витриной». «Шах и мат». «Весенняя рапсодия». «Полет». «Город мечты». «Наш отрядик». «Уеду-еду». «Чикаго». «Прогулка». «Аквариум».

### **Раздел 8. Итоговое занятие.**

*Практика.* **Отчетный концерт** (промежуточная аттестация).

Работа над концертной программой проводится в течение учебного года. Подбирается музыкальный материал, композиции, шьются костюмы.

Отчетный концерт проводится в конце учебного года. Программу этого концерта придумывают сами ребята. Лучше всего отобрать самые яркие работы, он обязательное условие при этом – в концерте должны принимать участие все ребята.

## **4-й год обучения.**

### **Раздел 1. Вводное занятие.**

*Практика.* Танец-поклон.

### **Раздел 2. Азбука музыкального движения.**

*Теория.* Оценка прослушанной музыки для танцев, ее оценка с точки зрения критериев художественности. Искусство как образная модель окружающего мира, обогащающая жизненный опыт человека, его знаний и представлений о мире. Воплощение в музыкальных произведениях различных явлений природы, образов, чувств, переживаний. Жанры в музыке: песня, танец, марш.

*Практика.* Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки. Ассоциативные связи между звуковыми и зрительными образами – представлениями. Средства музыкальной выразительности, воплощающие характеры героев и персонажей.

### **Раздел 3. Элементы народного танца.**

*Практика.* Закрепление навыков и знаний первого, второго и третьего года обучения.

Притопы. «Печатка» или одновременный притоп двумя ногами. Удары полупальцами. «Переборы». «Дробная дорожка». Дробь с подскоком. «Ключ». «Веревочка».

### **Раздел 4. Элементы классического танца.**

*Практика. Экзерсис у палки.* Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения. Четыре арабеска – основные позы классического танца.

*Экзерсис на середине зала.*

Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения, а так же:

- port de bras V, VI;
- тур en dehors, en dedans со второй позиции;
- pas de bourre dessus-dessous.

*Прыжки.*

- pas eshappe в четвертую позицию из croise;
- sissonne fermee в позах;
- pas jete с продвижением;
- тур в воздухе. Танцевальные комбинации.

## **Раздел 5. Партерная гимнастика.**

*Практика. Стрейчинг. Упражнения на развитие гибкости*

- Ходьба в приседе;
- Наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- Выпады и полушпагаты;
- Шпагаты;
- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;
- Широкие стойки на ногах;
- Комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);
- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;
- Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

*Акробатика.*

- Упоры (присев, лёжа, согнувшись)
- Седы (на пятках, углом)
- Группировка, перекаты в группировке
- Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги)
- Кувырок вперед (назад)
- «мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки
- Элементы танцевальной и хореографической подготовки
- Начальное обучение акробатическим прыжкам;

*Темповые элементы:*

- Переворот боком
- Переворот боком на одну руку
- Перекидка вперед
- Перекидка назад

- Рондат и фляк

Силовые упражнения:

- Упражнения на развитие выносливости и силы;
- Поддержки;
- Пирамиды.

## **Раздел 6. Современный танец.**

*Практика.* Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз».

Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн». Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп».

При составлении танцевальных комбинаций необходимо учитывать технические принципы, заимствованные из джаз танца:

1. Использование в танце поза коллапса (тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед)

2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали

3. Изолированные движения различных частей тела

4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений

5. Полиритмия танца (центры могут двигаться не только в различных пространственных направлениях, но и в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга)

6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца

7. Индивидуальные импровизации в общем танце

## **Раздел 7. Постановочная работа.**

*Практика.*

1. Выбор темы (художественного замысла).

2. Составление композиционного плана в соответствии с подобранным музыкальным материалом.

3. Подбор выразительных средств.

4. Постановка танца.

5. Изготовление костюма.

6. Отработка отдельных частей и всего танца в целом. Итоговая аттестация.

Например, такие танцевальные композиции, как : «Покаяние». «Подиум».

«Была лишь раз». «Бабочки в животе». «Подиум». «Под дождем». «Леди-гламур». «Притяжение». «Когда я закрываю глаза». «Дыши легко». «Девушки-красавицы». «Живем танцуя». «Тайны древних Моайи». «Аллатропия». «Дорога». «Давай раскрасим этот мир». Промежуточная аттестация.

## **5-й и 6-ой год обучения.**

### **Раздел 1. Вводное занятие.**

Танец-поклон с использованием сложных лексических элементов.

### **Раздел 2. Азбука музыкального движения.**

*Теория.* Оценка прослушанной музыки для танцев, ее оценка с точки зрения критериев художественности.

*Практика.* Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки. Развитие танцевальных жанров и хореографических форм в балетах, неоклассическом балете. Индивидуальный стиль композитора.

### **Раздел 3. Элементы народного танца.**

*Практика.* Закрепление навыков и знаний третьего и четвертого года обучения. Различные танцевальные комбинации на основе полученных знаний на предыдущих годах обучения. «Веревоочка». «Моталочка».

### **Раздел 4. Элементы классического танца.**

*Практика. Экзерсис у палки.* Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения. Четыре арабеска – основные позы классического танца.

*Экзерсис на середине зала.*

Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения, а так же:

- port de bras V, VI;
- тур en dehors, en dedans со второй позиции;
- pas de bourre dessus-dessous.

*Прыжки.*

- pas eshappe в четвертую позицию из croise;
- sissonne fermee в позах;
- pas jete с продвижением;
- тур в воздухе. Танцевальные комбинации.

### **Раздел 5. Партерная гимнастика.**

*Практика.* Стрейчинг. Упражнения на развитие гибкости

- Ходьба в приседе;
- Наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- Выпады и полушпагаты;
- Шпагаты;
- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;
- Широкие стойки на ногах;
- Комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);
- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;
- Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

*Акробатика.*

- Упоры (присев, лёжа, согнувшись)
- Седы (на пятках, углом)
- постепенность в развитии природных способностей детей;

- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического, современного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся.

Программа дана по годам обучения.

На каждый год предлагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии.

Работу в хореографическом коллективе лучше всего строить на основе комплексной учебной программы, состоящих из следующих разделов:

1. азбука музыкального движения;
2. элементы народного танца;
3. элементы классического танца;
4. импровизация;
5. гимнастика;
6. современный танец;
7. постановочная работа.

*В первый раздел – азбука музыкального движения* - включается коллективно-

порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся.

*Второй раздел – элементы народного танца* – включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы. Народные танцы можно интерпретировать, стилизовать, приближая их к современной детской тематике. Можно обогащать элементы народного танца темами, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр (танец «Волшебная страна», «Аквариум...», «За витриной»).

*В третьем разделе вводятся элементы классического танца.* Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

*Четвертый раздел – импровизация.* Выработка и восприятие основного спектра эмоций, освоение актерской игры, мимики. Задачей раздела является

научить связывать позу с движением, с музыкой, т.е. позы – «говорящие», а движения – «рассказывающими»; научить законам перемещения в пространстве сцены; знакомить с основами и принципами идентификации.

*Пятый раздел – гимнастика.* Выработка у детей ловкости, пластичности, силы.

В комплекс упражнений по развитию пластики включены:

1) Французская партерная гимнастика:

- позы и движения на растяжку; - движения на сгибание и разгибание стопы и колена;

- движения на развитие гибкости позвоночника; 2) Элементы акробатики (кувырки, мосты, шпагаты, перевороты)

3) Элементы тренажа, выполняемые на середине зала:

- упражнения для отдельных групп мышц: шеи, плечевого сустава, рук, ног, бедер, корпуса.

При исполнении необходимо следить, чтобы те части тела, которые в данный момент не задействованы, оставались статичными. Это способствует не только постепенному разогреву, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладеть исполнением сложных координаций движений.

*Шестой раздел – современная хореография.* Понятие «эстрадный танец» объединяет достаточно много направлений хореографического искусства: стилизации народных танцев, джазовый танец, модерн. В уроке «современного танца» нет такой определенной последовательности движений, как это существует в классическом танце. И каждый педагог вправе, основываясь на базовых понятиях, искать свой путь, свою технику и лексику.

*Седьмой раздел – постановочная работа.* Это одно из направлений творческой деятельности.

При создании творческих или проблемных ситуаций широко используется метод моделирования детьми «взрослых отношений». Как известно, дети любят играть во «взрослые игры». И познание материального и духовного мира у них в основном происходит через подражательные игры.

Темы творческих занятий определяются спецификой хореографического воспитания:

- «Я - учитель танцев»; - «Я - балетмейстер-постановщик»;

- «Я - художник по костюмам» и т.д.

Творческие ситуации разыгрываются как для индивидуальной, так и для коллективной работы.

Эстрадный танец задумывается, обычно, для конкретных исполнителей и максимально выявляет их индивидуальные возможности.

Эстрадный танец - это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в четком драматургическом построении, со своей экспозицией,

завязкой, кульминацией и финалом. Под драматургией эстрадного танца подразумевается не только развитие сюжета. Драматургия может опираться и на такое расположение хореографического материала, которое само по себе создает смысловое, эмоциональное и темповое нарастание номера. Каждый эпизод танцевального номера воплощен предельно выразительным приемом, танцевально-игровым или танцевальным. Также желательно, чтобы эстрадный танец содержал элемент неожиданности - либо в постановочном решении, либо в самом характере исполнения. Эту схему построения эстрадного танца объясняют учащимся перед началом творческого процесса создания танца.

Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей.

В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся).

#### Условия реализации.

Организационная работа строится с учетом целей и задач, содержания и формы занятий в танцевальном объединении. Она заключается в составлении расписаний занятий в группах, ведение журнала посещаемости, выборе родительского комитета и старост групп, составление тематического плана, организации групп по возрастам, знакомстве с вновь пришедшими учащимися. Забота о художественном оформлении танцевального помещения, где проходятся занятия, о чистоте и порядке в зале, сохранности станков. Зеркал, музыкального инструмента и т.д., проверка внешнего вида учеников, формы одежды для занятий танцами (репетиционный костюм, танцевальная обувь, прическа); беседы с родителями о целях и задачах, перспективном плане танцевального объединения, предстоящих выступлениях и поездках, - это тоже часть условий реализации детского творчества.

Используемые в настоящей программе упражнения и элементы направлены в основном на постановку корпуса, выработку пластичности, выразительности и музыкальности, снятие физических зажимов, но не на достижение танцевальных навыков, необходимых для обучающихся в танцевальных объединениях. **Занятие** делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть.

В подготовительную часть входят движения из разделов «Азбука музыкального движения», в основную — движения либо из раздела «Элементы классического танца», либо из разделов «Элементы народного танца», «Гимнастика», «Импровизация», «Элементы современного танца».

Третья часть занятия - создание танцевальной композиции (постановочная работа), разработка хореографической части постановки концертного номера. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений, амплитудой и темпом исполнения движений, содержанием основной части урока. Это зависит от

постановочной работы, проводящейся в студии, возраста и степени подготовки группы.

**Структура занятия:**

- разминка и перестроения;
- общеразвивающие упражнения (на середине зала);
- партерная гимнастика;
- новый материал (термины, элементы танцевальных движений классического, народного и др. танцев);
- импровизация; пластические движения;
- разучивание танцевальных движений;
- подведение итогов урока.

Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Музыка важна как положительный фон, помогающий дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Однако этим её влияние не ограничивается, возможности её воздействия на детские личности гораздо шире и объёмнее. Музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, чёткость и законченность исполнения, то есть несёт художественно-воспитательную функцию. В связи с этим высокие требования предъявляются к концертмейстеру, предлагающему и исполняющему соответствующие учебным задачам музыкальные произведения. АНАЛИЗ уровня эстетического развития детей проводится по следующим показателям:

1. Умение воспринимать эстетический объект - способность видеть и понимать сущность и глубинный смысл эстетического объекта, передавать эмоциональное содержание увиденного, находить наиболее эстетически-интересные стороны объекта.

3 балла - видит и понимает сущность эстетического объекта, глубоко чувствует

и может передать эмоциональное содержание увиденного, обоснованно дифференцирует наиболее яркие стороны объекта;

2 балла - видит, но не всегда может передать глубинный смысл эстетического объекта, чувствует и может передать эмоциональное содержание увиденного, дифференцирует наиболее яркие эстетически-интересных сторон объекта;

1 балл - может рассмотреть сущность, но с трудом выделяет глубинный смысл эстетического объекта, слабо передает эмоциональное содержание увиденного, слабо видит эстетически-интересные стороны объекта.

2. Умение дать обоснованную эстетическую оценку объекту - способность анализировать эстетические объекты, умея высказывать формулировку в эстетических суждениях, используя художественно- речевые обороты (свободно

находить нужные слова, правильно строить словосочетания, предложения при выражении своих мыслей). Соответственно возрасту ребенка, оценивается умение оперировать эпитетами, подбирать нужные фразеологические обороты и т. д.

3 балла - дает реальную обоснованную оценку объекту (предмету, действию, образу, ситуации и т. д.), описывает подробно, выделяя характерные эстетические признаки, правильно и красиво строит свой рассказ, умеет быстро находить нужные слова, использует художественно- речевые обороты, выражает собственную оценку;

2 балла - самостоятельно без помощи педагога описывает объект, дает обоснованную оценку своего отношения, говорит правильно, но испытывает затруднения в подборе слов и выражений, используемых для эмоциональной окраски своей речи, затрудняется при использовании некоторых эстетических критериев;

1 балл - затрудняется в описании увиденного, испытывает сложности при составлении связанного, эмоционально-окрашенного рассказа, неуверенно высказывает собственное отношение к объекту.

3. Музыкальность {способность к отражению в движении характера музыки

и основных средств выразительности)- способность воспринимать и передавать в движении художественный образ, изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения без показа педагога). Для каждого года обучения в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем знаний и умений, предполагаемых в соответствии с задачами обучения на каждый год.

Пример оценки обучающихся первого года обучения:

3 балла - умение передавать характер музыки, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыкальной фразы; 2 балла - в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

1 балл - движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а так же с началом и концом произведения.

Пример оценки обучающихся третьего года обучения:

3 балла- движения точно передают заданный художественный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, музыкальными фразами; 2 балла - передают только общий характер музыкального произведения, темп, ритм;

1 балл - движения плохо совпадают с темпом, ритмом музыки, ориентированы только на начало и конец музыкальной фразы, воспроизводятся так же на счет и показ педагога.

4. Эмоциональная сфера- выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки

и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т. д.), умение выразить свои чувства в движении. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, после выполнения упражнений ждут оценки от педагога. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные.

5. Пластичность, гибкость- мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные гимнастические упражнения ("рыбка", складочка" и прочее). Оценивается также по 3-х бальной системе.

6. Техника исполнения движений - точность, аккуратность,

грамотность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении движений; правильное сочетание движений рук и ног, поворота корпуса и головы. Оценивается также по 3-х бальной системе в зависимости от года обучения по программе.

7. Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятии движений, а так же придумывать собственные оригинальные "па". Оценка конкретизируется в зависимости от года обучения по программе.

Творчески одаренные дети способны выражать свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в сочинении танцевальных композиций, создании неординарных словесных описаний танца и т. д. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения. По 3-х бальной системе.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

Характеристика уровня эстетического развития ребенка:

*Высокий уровень (от 41 до 50 баллов).* Умеет правильно проанализировать ситуацию (действие, явление), не испытывает затруднений в процессе занятий. Речь поставлена грамотно, имеет художественно-речевую окраску. Дает реальную обоснованную оценку своего отношения к чему-либо. Наблюдаем ярко выраженное положительное отношение к занятиям. Техника исполнения высокая.

*Выше среднего (16 -20 баллов).* Хореографические движения запоминает с легкостью, техника исполнения приближена к высокому уровню, обучающийся ярко передает заданный художественный образ, вносит элементы творчества, проявляет неординарный подход в самостоятельной работе.

*Средний уровень (11-15 баллов).* Самостоятельно без помощи педагога описывает предметы, явления, действия, образы, ситуации. Дает достаточно обоснованную оценку своего отношения к чему-либо, речь поставлена правильно. Хореографические движения запоминает быстро, техника исполнения достаточно

хорошая, обучающийся старается передать художественно-образное состояние исполняемого, проявляет творчество в процессе занятий и при самостоятельной работе.

*Ниже среднего (от 6 до 10 баллов)* Хореографические движения запоминает с трудом, техника исполнения совершенствуется в процессе индивидуальных занятий.

*Низкий уровень (от 0 до 5 баллов)*. Испытывает затруднения в описании увиденного, с трудом формулирует выражение своего отношения к чему-либо. Хореографические движения запоминает с трудом, показывает низкий технический уровень исполнения танцевальных композиций из-за рассеянности внимания, неумения сконцентрироваться на главном.

Осознание ребятами своих способностей, достигнутых успехов, пусть даже незначительных, повышает их волевую активность, укрепляет веру в свои силы.

Процесс итоговой аттестации по программе является не только формой конечного определения эффективности обучения спортивным танцам. Он в то же время служит своеобразным катализатором пробуждения осознания танцорами своих реальных достоинств. Это, в конечном итоге, оказывается серьёзным фактором повышения их самосознания и стремления к дальнейшему творческому развитию, в том числе и не обязательно на пути перехода к профессиональным занятиям спортивными танцами.

## Методическое обеспечение программы

Методы и приемы обучения, используемые в хореографической работе с обучающимися, можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы специфические приёмы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).

Эффективность таких методов-приёмов в разно- и многообразии, в неожиданных комбинационных сочетаниях, в органичном переплетении, в их комплексном воздействии с активным включением в работу как можно большего числа анализаторов-рецепторов ребенка. Тогда они задействуют, возбуждают наибольшее количество мыслей, чувств и эмоций детей, тем самым творчески иницируя, активизируя его к самостоятельным поступкам-действиям.

**Наглядный метод** включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой приём;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

**Словесный метод** состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение.
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- приём раскладки хореографического па;
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации;
- приём словесной репрезентации образа хореографического движения.

**Практический метод** обогащен комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и переплясность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный приём обучения;
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);

- фиксация отдельных этапов хореографических движений;
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- приём пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический приём;
- приём художественного перевоплощения.

Кроме того, в работе с дошкольниками очень эффективен и **психолого-педагогический метод:**

- приём педагогического наблюдения;
- проблемного обучения и воспитания;
- прием индивидуального, дифференцированного подхода к каждому ребёнку;
- прием воспитания подсознательной деятельности;
- прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация);
- педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого ребёнка в средней группе обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации; использование пластических образов-метафор).

Обучение танцу в группе (6-7 лет) носит не только наглядно-действенный, но и исследовательский характер - с вкраплением абстрактных методов (заместителей реальности) - слова, а в подготовительной группе 8-9 лет происходит ещё более яркий и интенсивный процесс рефлекторного усиления роли словом и словесными образами, а также осознанностью действий через слово (словесный метод). На этом возрастном этапе роль словесных приёмов обучения танцу повышается. Они опираются на сознание детей (упражнение выполнит лучше и быстрее тот, кто слушает внимательнее, более собран внутренне и т.д.).

Направление работы хореографического объединения, его конкретные задачи определяют выбор методов и приёмов обучения, индивидуальный состав и подготовка обучающихся каждой группы, вносят коррективы в работу.

Наиболее сложная работа проводится с группой 1-2 года обучения. Дети быстро устают, отсутствует техника исполнения, допускают ошибки, забывают пройденное. Поэтому используются такие приемы, которые делают занятие интересным:

- занятие должны быть разнообразными как по содержанию, так и по набору применяемых методов. Это может быть небольшая беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание музыки и разбор ее, наблюдение за объяснением и показом каких-либо танцевальных элементов педагогом, разучивание и повторение движений, танцев;

- при повторении необходимо избегать однообразности, вносить в знакомое движение элемент новизны; предъявлять новые требования, задачи;
- строить процесс обучения на сознательном усвоении знаний и навыков учащимися;
- занятия должны проводиться в динамичном темпе;
- закреплять все навыки, которые вырабатывались ранее.

**Разучивание танцев** проводится в следующей последовательно

- вводное слово педагога,
- педагог дает объяснение названия танца (например, «Аллатропия» - соединение микрочастиц в одно целое), его смысловую нагрузку;
- слушание музыки и ее анализ;
- разучивание элементов, движений, переходов и рисунка танца.

Этот **метод** является **традиционным** и широко используется при обучении. Хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, и лишь затем исполняют самостоятельно. Это позволяет хореографу, фиксируя внимание на тех частях танца, где чаще всего допускаются ошибки, своевременно направлять обучающихся. А дети имеют возможность лучше разобраться в структуре движения, мышечно почувствовать его, быстрее запомнить.

Существует и используется несколько методов разучивания танцевальных движений. Выбор метода зависит от сложности его структуры, входящих в него элементов.

**Метод разучивания по частям** сводится к делению движения на простые части и разучивание каждой части отдельно с последующей группировкой их в нужном последовательности в единое целое.

**Целостный метод** разучивания заключается в разучивании движений целиком в замедленном темпе. Этим методом удобно разучивать сложные движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части, при этом можно временно упростить его.

Этот метод заключается в том, что сложная связка сводится к простой структуре и разучивается в таком виде. Затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме.

#### **Кадровое обеспечение программы**

С целью повышения уровня образовательной деятельности в работе с одаренными детьми допускаются занятия двух – трех педагогов в творческом объединении.

Педагог обязан иметь высшее педагогическое образование, причем, желательно ежегодно посещать семинары и мастер-классы.

Для организации и ведения занятий по особенно на третьем этапе обучения необходим тренер или инструктор по акробатике.

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

**Зал** - помещение, в котором проводятся занятия по хореографии должно быть просторное светлое с вентиляцией, оборудовано станками, зеркалами, иметь покрытие для пола, пригодное для танцевальной обуви.

**Гимнастические коврики.**

**Музыкальный центр** – для воспроизведения музыкального материала разного формата записи. К музыкальному сопровождению нужно предъявить самые высокие требования и учить этому детей. Музыка должна быть эмоционально выразительной, точно передающей характер движения, ритм и темп. Правильно подобранная музыка играет важную роль в формировании хорошего вкуса.

**Телевизор и DVD** – для просмотров своих выступлений и учебного материала. Ребенок должен иметь танцевальную форму. Подготовительная группа:

мальчики – лосины, белую майку, мягкую обувь (балетные тапочки, джазовки и т.д.); девочки – гимнастический купальник, лосины, гетры и мягкую обувь. Основные группы: гимнастический купальник, лосины, гетры, танцевальную обувь.

## Диагностическое обеспечение программы

Текущая проверка результатов обучения проводится каждые три месяца для выявления уровня усвоения танцевального материала, позволяющего объективно оценить степень освоения программы. Особенно значимы результаты первых трёх месяцев, показывающие степень вовлечённости детей в коллектив и готовности к дальнейшему обучению современным танцам.

### **По окончании первого этапа обучения:**

- в начале года и по его окончанию проводится **промежуточная аттестация** обучающихся по диагностической карте (см. прил.№1);
- каждые три месяца проводятся открытые занятия;
- 1-ый год обучения – это подготовительный этап, когда дети постигают основы танцевальной грамотности. Одним из результатов их танцевального развития является концертный номер, с которым дети вступают в студию танца «Каприз» (учащиеся должны исполнить детский сюжетный номер).

### **По окончании второго этапа обучения:**

- в начале года и по его окончанию проводится **промежуточная аттестация** обучающихся по диагностической карте (см. прил.№1);
- каждые три месяца проводятся открытые уроки;
- тестирование обучающихся (см. прилож.№2);
- исполнить на отчетном концерте новые хореографические постановки;
- участие в зональных, региональных и Всероссийских конкурсах-фестивалях.

### **По окончании третьего этапа обучения:**

- в начале года и по его окончанию проводится **промежуточная аттестация** обучающихся по диагностической карте (см. прил.№1);
- каждые три месяца проводятся открытые занятия;
- по окончании **третьего этапа обучения** проходит **итоговая аттестация**, обучающиеся принимают участие в экзаменационной игровой шоу-программе «Танцевальный ринг», в составе жюри которой представлены педагоги студии танца «Каприз» и других танцевальных объединений. По окончании итоговой аттестации обучающиеся получают оценку;
- участие в городских концертах, фестивалях и конкурсах регионального, Всероссийского и Международного значения.

### **Открытые занятия.**

Отчеты танцевального коллектива планируются или в виде открытых занятий, или как концертное выступление (на первом году обучения – открытое занятие). Основная цель такой проверки - выявление совместно с обучающимися слабых и сильных сторон в развитии каждого из них и группы в целом.

### **Концертные выступления.**

- Стимулирующим фактором является участие детей в концертах, где и проявляются приобретённые навыки: умение держаться на сцене, донести образ.
- Обучающиеся объединения участвуют в городских концертах.

- Участие в конкурсах и фестивалях.

- 2-4 раза в год выступают на конкурсах-фестивалях детских хореографических коллективов разного уровня, в зависимости от этапа обучения.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проходит после изучения каждого раздела программы и фиксируется в карте результативности.

(Приложение 1)

## Список литературы:

### Для педагогов:

1. Абдуллин, Э.Б. Теория и практика музыкального обучения в общеобразовательной школе./ Э.Б. Абдуллин. – М.: Просвещение, 1983. – 248с.
2. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – Л. – М., 1964.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., 2000.
4. Коропова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
5. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. Методические рекомендации. – М., 1982.
6. Бегак, Б.А. Воспитание искусством: для учителей начальных классов./ Б.А. Бегак. – М.: Просвещение, 1981. – 94с.
7. Васильева, Т.А. Обучение и воспитание младших школьников средствами эстрадного музыкального искусства./ Т.А. Васильева// Начальная школа плюс До и После. – 2007. - №4. – С.50-52.
8. Ваганова А.Х. основы классического танца. – Л. –М.,1964.
9. Воронина И. Историко-бытовой танец. – М.,1980.
10. Гамина, Т. А.С. Макаренко об эстетическом воспитании молодежи средствами музыкального искусства./ Т. Гамина, В. Дряпина// Воспитание школьников. – 1990. - №6. – С.23-25.
11. Деревягина, Е.Д. Активизация учебной и творческой деятельности средствами музыки./ Е.Д. Деревягина// Начальная школа плюс До и После. – 2006. - №12. – С.37-40.
12. Дмитриева, Л.Г., Черноиваненко, Н.И. Методика музыкального воспитания в школе: учеб. для учащихся пед. училищ./ Л.Г. Дмитриева, Н.И. Черноиваненко. – М.: Просвещение, 1989. – 207с.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1975.
14. Гусев С.М. Музыкальное движение. Методическое пособие. – М.,1972.
15. Фокина, С.Л. Беседы о музыке./ С.А. Фокина// Начальная школа. – 1990. - №10. – С.77-78,89.
16. Никитин В. Модерн -джаз танец: продолжение обучения. - М.: ВЦХТ. 2001. -(Я вхожу в мир искусств).
17. Осеннева, М.С., Безбородова, Л.А. Методика музыкального воспитания младших школьников: учеб. пособие для студ. нач. фак. педвузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 386с.
18. Ражников В. Резервы музыкальной педагогики. - М.: Знание, 1980.
19. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев. Выпуск I. - М.: Сов. композитор, 1976.
20. Русские танцы для молодежных коллективов. Сборник. - М., 1993.
21. Самсон Л. Ритмы радости: традиции классических и индийских танцев. - М.,1987.
22. Серебренников Н. Поддержка в дуэтом танце. - Л.: Искусство. 1985.
23. Симановский А. Развитие творческого мышления у детей. - Ярославль: «Академия развития», 1997.
24. Смирнов И. Искусство балетмейстера. - М.: Просвещение, 1986.

25. Сохор, А.Н. Воспитательная роль музыки./ А.Н. Сохор. – Л.: Музыка, 1975. – 76с.
26. Роот З.Я. Танцы в начальной школе: практ. пособие/З.Я.Роот. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 128с.
27. Русская советская эстрада: очерки истории. – М.: Искусство, 1976. - 476 с.
28. Сохор, А.Н. Воспитательная роль музыки./ А.Н. Сохор. – Л.: Музыка, 1975.

**Информационные ресурсы:**

29. <http://pokoleniedeti.ru/>
30. <http://forum.vneclasska.ru/>
31. <http://rudocs.exdat.com/>
32. <http://lib.rus.ec/>
33. <http://horeograf.at.ua/>
34. <http://horeograf.at.ua/>
35. <http://cwr.ucoz.ru/>
36. <http://www.horeograf.com/http://festival.1september.ru/>
37. <http://valentinka.by/>
38. <http://ddtstep.ucoz.kz/>
39. <http://valentinka.by/>
40. <http://studentbank.ru/>
41. <http://www.tsiac.ru/>

**Литература для детей и родителей:**

42. Блазис К. Искусство танца (Пер. с фр. О.Н. Брошниковского) – М. – Л., 1937.
43. Кабалевский, Д.Б. Как рассказывать детям о музыке?/ Д.Б. Кабалевский. – М.: Сов. композитор, 1982. – 214с.
44. Пасютинская В. Волшебный мир танца: книга для учащихся. - М.: Просвещение, 198

### Календарный учебный график 1 год обучения

№	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	15.09. 18.09 21.09	14.00-15.30	Рассказ, Демонстрация Объяснение, инструктаж	6 часов	Вводное занятие Требования в студии Правила техники безопасности	Учебный класс	Рассказ, опрос, беседа.
2	Октябрь	04.09	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Постановка корпуса, рук, ног.	Учебный класс	Опрос, повторение
3	Октябрь	06.09.	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Основные позиции рук, ног в классическом танце.	Учебный класс	Опрос, закрепление
4	Октябрь	11.09	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Основные танцевальные шаги, марша, бега.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
5	Октябрь	03.10.	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Основные прыжки на середине по позициям.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
6	Октябрь	07.10.	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика	Учебный класс	Опрос, повторение
7	Октябрь	10.10.	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Партерная гимнастика. Прыжковая разминка.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление

8	Октябрь	14.10.	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Разминка корпуса, рук, ног.	Учебный класс	Опрос, повторение.
9	Октябрь	17.10	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
10	Октябрь	21.10	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой	Учебный класс	Творческие задания
11	Октябрь	24.10	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, закрепление
12	Октябрь	28.10	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
13	Октябрь	31.10	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, закрепление
14	Ноябрь	04.11	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой	Учебный класс	Опрос, повторение
15	Ноябрь	06.11	14.00-15.30	Рассказ, демонстрация	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, повторение
16	Ноябрь	07.11	14.00-15.30	Рассказ, демонстрация, практическое задание	2 часа	Разминка. Партерная гимнастика в парах.	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
17	Ноябрь	10.11	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Разминка. Партерная гимнастика в парах.	Учебный класс	Опрос, закрепление
18	Ноябрь	14.11	14.00-15.30	Объяснение,	2	Прыжки. Общая	Учебный	Опрос,

				практическое задание	часа	физическая подготовка.	класс	повторение
19	Ноябрь	18.11	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Разминка. Силовые упражнения.	Учебный класс	Опрос, закрепление
20	Ноябрь	21.11	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой	Учебный класс	Опрос, повторение
21	Ноябрь	25.11	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
22	Ноябрь	28.11	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
23	Декабрь	02.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Скакалка-зачет. Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
24	Январь	05.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Разминка. Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение
25	Январь	09.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой.	Учебный класс	Опрос, закрепление
26	Январь	12.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение
27	Январь	16.12	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой.	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
28	Январь	19.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
29	Январь	23.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс прыжков в парах.	Учебный класс	Опрос, повторение
30	Январь	26.12	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос,

				работа	часа		класс	повторение
31	Январь	30.12	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
32	Январь	09.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, закрепление
33	Январь	13.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Разминка по кругу. Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение
34	Январь	16.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Силовой прыжковый комплекс.	Учебный класс	Опрос, закрепление
35	Январь	20.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Стретчинг в парах.	Учебный класс	Опрос, повторение
36	Январь	23.01	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
37	Январь	27.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой.	Учебный класс	Опрос, закрепление
38	Январь	30.01	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, повторение
39	Февраль	03.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
40	Февраль	06.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звезды»	Учебный класс	Творческие задания
41	Февраль	10.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, закрепление
42	Февраль	13.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Акробатика.	Учебный класс	Опрос, повторение
43	Февраль	17.02	14.00-15.30	Практическая	2	Акробатика.	Учебный	Опрос,

				работа	часа		класс	закрепление
44	Февраль	20.02	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Акробатика.	Учебный класс	Опрос, повторение
45	Февраль	24.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Акробатика с предметом (ведро).	Учебный класс	Опрос, повторение
46	Февраль	27.02	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Импровизация с предметом (ведро).	Учебный класс	Опрос, закрепление
47	Март	03.03	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Творческие задания
48	Март	06.03	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, Закрепление Анализ.
49	Март	10.03	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, повторение, Закрепление
50	Март	13.03	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, закрепление
51	Март	17.03	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
52	Март	20.03	14.00-15.30	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
53	Март	24.03	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс со скакалкой.	Учебный класс	Творческие задания
54	Март	27.03	14.00-15.30	Практическая	2	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос,

				работа	часа			повторение
55	Март	31.03	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Общая физическая подготовка.	Учебный класс	Опрос, закрепление
56	Апрель	03.04	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Разминка. Акробатика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
57	Апрель	07.04	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, закрепление
58	Апрель	10.04.	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, повторение
59	Апрель	14.04	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, закрепление
60	Апрель	17.04	14.00-15.30	Закрепление пройденного материала	2 часа	Танцы: «Скакалочки», «Мы звёзды», «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, закрепление
61	Апрель	21.04	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, закрепление
62	Апрель	24.04	14.00-15.30	Рассказ, демонстрация,	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
63	Апрель	28.04	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
64	Май	01.05	14.00-15.30	Рассказ, демонстрация,	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, закрепление
65	Май	05.05	14.00-15.30	Рассказ, демонстрация	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение,
66	Май	08.05.	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление

67	Май	12.05	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
68	Май	15.05	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Сцена	Опрос, закрепление
69	Май	19.05	14.00-15.30	Практическая работа.	2 часа	Подготовка к концерту.	Учебный класс	Диагностика
70	Май	22.05	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Генеральная репетиция.	Сцена	Диагностика.
71	Май	25.05	14.00-15.30	Практическая работа	2 часа	Отчётный концерт.	Сцена	Контрольный показ. Диагностика.

### Календарный учебный график 2 год обучения

№	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	16.09.	14.30-16.00	Рассказ, демонстрация	2 часа	Вводное занятие	Учебный класс	Опрос, закрепление
2	Сентябрь	20.09	14.30-16.00	Объяснение, инструктаж	2 часа	Правила техники безопасности	Учебный класс	Опрос, повторение
3	Сентябрь	23.09.	14.30-16.00	Рассказ, демонстрация.	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс на скакалке.	Учебный класс	Опрос, закрепление
4	Сентябрь	27.09	14.30-16.00	Объяснение,	2	Учебно-тренировочный	Учебный	Опрос,

				практическое задание	часа	комплекс на скакалке.	класс	повторение, закрепление
5	Сентябрь	30.09	14.30-16.00	Практическая работа		Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение
6	Октябрь	04.10.	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
7	Октябрь	06.10.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Разминка круговая.	Учебный класс	Опрос, повторение
8	Октябрь	11.10.	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
9	Октябрь	13.10.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, повторение.
10	Октябрь	18.10	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Повторение. Творческие задания
11	Октябрь	20.10	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Разминка круговая. Кроссы.	Учебный класс	Творческие задания
12	Октябрь	25.10	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Разминка круговая. Кроссы.	Учебный класс	Опрос, закрепление
13	Октябрь	28.10	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление .
14	Октябрь	31.10	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс на скакалке.	Учебный класс	Опрос, закрепление
15	Ноябрь	01.11	14.30-16.00	Практическая	2	Репетиция к конкурсу.	Учебный	Опрос,

				работа	часа		класс	закрепление
16	Ноябрь	03.11	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
17	Ноябрь	08.11	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, повторение, Закрепление.
18	Ноябрь	10.11	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, закрепление
19	Ноябрь	15.11	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
20	Ноябрь	17.11	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс в эстрадном стиле.	Учебный класс	Опрос, закрепление
21	Ноябрь	22.11	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Общая физическая подготовка.	Учебный класс	Опрос, повторение
22	Ноябрь	24.11	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление
23	Декабрь	01.12.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление
24	Декабрь	06.12	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение, закрепление
25	Декабрь	08.12	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Кроссы.	Учебный класс	Опрос, повторение
26	Декабрь	13.12	14.30-16.00	Объяснение, практическое	2 часа	Классический танец.	Учебный класс	Опрос, повторение,

				задание				закрепление
27	Декабрь	15.12.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Гимнастика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
28	Декабрь	20. 12	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Акробатика.	Учебный класс	Опрос, повторение
29	Декабрь	22.12.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Классический танец.	Учебный класс	Опрос, закрепление
30	Декабрь	27. 12	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, закрепление
31	Декабрь			Объяснение, практическая работа.	2 часа	Танец «Интернет»	Учебный класс	Опрос, анализ, обсуждение
32	Январь	08.01.	14.30-16.00	Рассказ, демонстрация	2 часа	Гимнастика.	Учебный класс	Опрос, обсуждение.
33	Январь	12.01.	14.30-16.00	Рассказ, демонстрация, практическое задание	2 часа	Стретчинг. Акробатика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
34	Январь	14.01.	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
35	Январь	19.01.	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
36	Январь	22.01.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Творческие задания
37	Январь	26.01	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление

38	Январь	28.01	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Творческие задания
39	Январь	31.01	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Выступление.	Учебный класс	Диагностика
40	Февраль	02.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, повторение
41	Февраль	04.02	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Прыжки. Кроссы.	Учебный класс	Опрос, закрепление
42	Февраль	09.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, анализ, обсуждение
43	Февраль	11.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, закрепление
44	Февраль	16.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Акробатика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
45	Февраль	18.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Акробатика с предметом (Ведро)	Учебный класс	Опрос, повторение
46	Февраль	23.02	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, закрепление
47	Февраль	25.02	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Учебно-тренировочный комплекс на скакалке.	Учебный класс	Опрос, повторение
48	Март	02.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Опрос, повторение
49	Март	05.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, закрепление

50	Март	09.03	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Акробатика. Кроссы.	Учебный класс	Опрос, анализ, обсуждение
51	Март	12.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Разминка. Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
52	Март	16.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление
53	Март	19.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
54	Март	23.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Классический танец.	Учебный класс	Опрос, закрепление
55	Март	26.03	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
56	Март	30.03	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Акробатика.Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
57	Апрель	05.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Скакалочки»	Учебный класс	Творческие задания
58	Апрель	07.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «Мы звёзды»	Учебный класс	Опрос, повторение
59	Апрель	12.04.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Танец «То дождь, то снег»	Учебный класс	Опрос, закрепление
60	Апрель	14.04	14.30-16.00	Экскурсия, рассказ	2 часа	Танцы: «Интернет», «Скакалочки», «То дождь, то снег»	Выставочный зал	Опрос, анализ, обсуждение
61	Апрель	19.04	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Разминка круговая. Акробатика.	Учебный класс	Опрос, повторение

62	Апрель	21.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Классический танец.	Учебный класс	Опрос, закрепление
63	Апрель	26.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Разминка. Партерная гимнастика.	Учебный класс	Опрос, закрепление
64	Апрель	28.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Общая физическая подготовка. Стретчинг.	Учебный класс	Опрос, повторение
65	Апрель	30.04	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
66	Май	05.05	14.30-16.00	Объяснение, практическое задание	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление
67	Май	10.05.	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, повторение
68	Май	12.05	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Учебный класс	Опрос, закрепление
69	Май	17.05	14.30-16.00	Практическая работа	2 часа	Репетиция.	Сцена	Творческие задания
70	Май	19.05	14.30-16.00	Объяснение, практическая работа.	2 часа	Подготовка к концерту.	Учебный класс	Творческие задания
71	Май	24.05	14.30-16.00	Объяснение, практическая работа.	2 часа	Генеральная репетиция.	Сцена	Опрос, закрепление
72	Май	26.05	14.30-16.00	Контрольные задания. Викторина.	2 часа	Отчетный концерт.	Сцена	Контрольный опрос за учебный год. Диагностика

**Карта результативности**

Объединение \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_

Дополнительная общеобразовательная программа \_\_\_\_\_

№	Ф. И. ребенка	Название раздела				
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

## Учебно-тематический план при дистанционном обучении

№	Название раздела, тем	Количество часов			Ресурсы/ ссылки	Формы занятия	Формы контроля
		Теория	Практика	Всего			
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			
	Вводное занятие. «Радостные» поклоны.	2	1	1	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
<b>I</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>			
	От простого хлопка – к притопу	2		2	Презентация	Презентация, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Три жанра музыки (песня, танец, марш)	6	2	4	Презентация	Презентация, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Танцевальные шаги и перестроения	10	2	8	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Самостоятельная работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Движения в образах любимых	2		2	Электронная образовательная	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ

	героев мультфильмов				платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>		работ в сети ВКонтакте
<b>II</b>	<b>Элементы народного танца</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>			
	Элементарные основы народной хореографии	12	2	10	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Самостоятельная работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Движение и повороты (на месте и на шагах)	8		8	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
<b>III</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>			
	Постановка корпуса. Позиции ног, рук.	6	2	4	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Партерный экзерсис	14		14	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Самостоятельная работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
<b>IV</b>	<b>Импровизация</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>			
	Эмоции в танце	8	2	6	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок -	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте

					<a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>		
	Освоение танцев - образов	8	2	6	Презентация	Презентация, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
<b>V</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>			
	Знакомство с основными группами мышц, необходимость разогрева	2	2		Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Развитие силы и выносливости	10		10	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Самостоятельная работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Укрепление и развитие мышц ног	6		6	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Итоговый стрейчинг	2		2	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	Развитие навыков расслабления	6		6	Электронная образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>	Видео урок, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	<b>Постановочная</b>	<b>38</b>		<b>38</b>	Электронная	Самостоятельная работа	Индивидуальный

	<b>работа</b>				образовательная платформа Zoom Видео урок - <a href="https://www.youtube.com">https://www.youtube.com</a>		просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
		<b>2</b>		<b>2</b>	Презентация	Презентация, практическая работа	Индивидуальный просмотр и анализ работ в сети ВКонтакте
	<b>Итоговое занятие</b>						
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>					



